

Итого за день:						1470	42,78	51	205,87	1557,4
Итого за полдник:						420	14,92	18	68,12	481,1
Хлеб пшеничный						20	2,14	1,00	16,66	56,80
Чай с сахаром						180			9,87	53,90
Каша перловая распычатая						140	4,38	5,00	31,25	186,60
Соус, сметанный с томатом						20	0,28	1,00	1,35	15,80
Фрикадельки из птицы						60	8,12	11,00	8,99	168,00
Итого за обед:						650	17,03	21	88,15	702,4
Хлеб пшеничный						20	2,14	1,00	16,66	56,80
Хлеб ржаной						20	1,70	1,00	9,70	51,80
Компот из свежих яблок						180	0,10		21,49	89,20
Рис, припущенный с овощами						130	3,07	7,00	29,51	195,80
Супле из пшена						70	8,17	5,00	0,07	149,40
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной						180	1,37	4,00	6,58	95,40
Маринад овощной						50	0,48	3,00	4,14	64,00
Итого за завтрак:						400	10,83	12	49,6	373,9
Батон						30	1,50	1,00	12,50	78,20
Чай с молоком						180	1	1	14,40	79,20
Сыр (попцями)						10	2,69	3,00	36,30	97
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным						180	5,41	7,00	22,70	180,20
Итого за день:						1800	54,1	7,00	22,70	180,20

Меню Полдник ДЮУ 3-7 л. 12 ч.

Меню Обед ДЮУ 3-7 л. 12 ч.

Меню Завтрак ДЮУ 3-7 л. 12 ч.

Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ ккал | № Пер.



Утверждаю:  
 О.Ю. Козырева  
 ООО "Комбинат Общественного Питания"



Итого за день:						1255	36,52	40	167,36	1300,5
Итого за полдник:						355	11,55	10	43,61	355,8
Хлеб ржаной						20	1,70	1,00	9,70	51,80
Чай с сахаром						150			8,23	44,90
Каша гречневая вязкая						120	3,23	3,00	20,40	136,80
Соус, сметанный с томатом						15	0,21	1,00	1,01	11,90
Фрикадельки из мяса птицы						50	6,41	5	4,27	110,4
Итого за обед:						550	15,18	19	79,53	609,6
Хлеб пшеничный						20	2,14	1,00	16,66	56,80
Хлеб ржаной						20	1,70	1,00	9,70	51,80
Компот из свежих яблок						150	0,08		17,91	74,30
Рис, припущенный с овощами						120	2,83	7,00	27,24	180,80
Супле из пшена						60	7,00	4,00	0,06	128,00
Щи из свежей капусты с картофелем со						150	1,14	4,00	5,48	79,50
Маринад овощной						30	0,29	2,00	2,48	38,40
Итого за завтрак:						350	9,79	11	44,22	335,1
Батон						30	1,50	1,00	12,50	78,20
Чай с молоком						160	1,09	1,00	12,80	70,40
Сыр (попцями)						10	2,69	3,00	36,30	97
Каша пшеничная молочная с маслом						150	4,51	6,00	18,92	150,20
Итого за день:						1800	54,1	7,00	22,70	180,20

Меню Полдник ДЮУ 1-3 л. 12 ч.

Меню Обед ДЮУ 1-3 л. 12 ч.

Меню Завтрак ДЮУ 1-3 л. 12 ч.

Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ ккал | №



Утверждаю:  
 О.Ю. Козырева  
 ООО "Комбинат Общественного Питания"

