

МЕНЮ

19 сентября

Завтрак (младшие)

	выход	цена	белки	жиры	Угл-ды	ккал
Бутерброд с маслом 30/10	40		2.33	8.12	15.55	144.6
Капша дружба молочная с маслом сливочным	180\5		5.45	7.16	30.11	207.77
Чай с сахаром, с яблоком	200		0.11	0.06	8.97	36.68
Батон нарезной	75		5.6	2.16	38.36	195.52
Итого			18,49	19,5	82,99	584.57

Обед (младшие)

	выход	Цена	белки	Жиры	Угл-ды	ккал
Щи из свежий капусты с картофелем ,со сметаной	200\10		1.68	5.46	6.68	87.99
Сосиски отварные	100		10.8	8,84	16.64	201.12
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/3		6.83	2.93	38.29	206.96
Сок фруктовый	200		1	0,2	20.20	85.34
Хлеб ржаной	45		2.96	0,54	17.78	88.92
Итого		106,0	44.68	47.83	194.97	1372.39

Горячий завтрак (младшие)

	выход	Цена	белки	Жиры	Угл-ды	ккал
Масло сливочное (порционно)	10		0.08	7.25	0.13	66
Сосиски отварные	100		10.8	8,84	16.64	201.12
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3		5.68	2.88	31,96	176.1
Чай с сахаром с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36.68
Хлеб ржаной	20		1.32	0,24	7.92	36.6
Хлеб пшеничный	30		2.28	0.24	14.76	71
Итого		68-45	18.75	19.51	80.14	587.5

Обед (старшие)

	выход	Цена	белки	Жиры	Угл-ды	ккал
Сосиски отварные	100		10.8	8,84	16.64	201.12
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5		6,83	2.93	38.29	206.96
Чай с сахаром с яблоком	200		0,11	0,06	8,97	36
Хлеб пшеничный	30		2.28	0,24	14,76	71
Хлеб ржаной	40		4.46	0.81	26.73	133.65
Итого		59-90	23,5	23,18	94,69	657.67

