

10-дневное меню

Прием пищи	1 день (понед.)	граммы	№ т.к.	Прием пищи	2 день (вторник)	граммы	№ т.к.	Прием пищи	3 день (среда)	граммы	№ т.к.	Прием пищи	4 день (четверг)	граммы	№ т.к.	Прием пищи	5 день (пятница)	граммы	№ т.к.
3.	3. Масло (порция)	10/10	6	3.	Бутерброды с сыром	45/60	3	3.	3. Масло порциями	10/10	6	3.	3. Бутерброды с сыром	45/60	3	3.	3. Масло слив.	10/10	6
	Каша жидкая (манная)	160/180	199		Суп молочный с крупой (геркулес)	160/180	101		Суп молочный с крупой (пшено)	160/180	101		Суп молочный с крупой (гречн)	160/180	101		Яйца вареные	40	227
340/395	Чай сахаром	150/180	411	355/420	Какао с молоком	150/180	416	340/395	Кофейный нап. с мол.	150/180	414	355/420	Чай с молоком	150/180	413	240/285	Икра кабачковая для дет. питания	20/30	57
	Хлеб пшен.	20/25	1						Хлеб пшеничный	20/25	1						Какао с молоком	150/180	416
10-00	кефир	100/10	420	10-00	Флоды (яблоки)	100/100	386	10-00	Кефир	100/100	420	10-00	Плоды (яблоки)	100/100	386	10-00	Хлеб пшеничный	20/25	1
0. 600/720	Суп картофельный с макаронным и изделиями	180/200	88	0. 560/650	Суп картоф.	180/200	83	0. 590/700	Суп картофельный с клетками	180/200	91	0. 605/730	Борщ с капустой и картофелем	180/200	63	0. 565/665	Суп фруктовый	100/15	418
	Птица тушен. в соусе с овощами	180/230	319		Биточки рубленые из птицы	60/80	323		Биточки рубленые	60/80	299		Тефтели рыбные паровые	60/80	276		Макаронник с мясом	145/175	309
	Компот из суш. фруктов	150/180	394		Пюре из свеколы	110/130	342		Каша пшеничная (рассыпчат.)	110/130	330		Соус белый (основной)	15/30	365		Компот из суш. фруктов	150/180	394
	Хлеб пшен./ржаной	30/30	1		Компот из суш. фруктов	150/180	394		Компот из суш. фруктов	150/180	394		Картофельное пюре	110/130	339		Хлеб пшен./ржаной	30/30	1
	Огурец сол.	30/50	47		Хлеб пшен./ржаной	30/30	1		Помидор сол	30/50	27		Компот из суш. фруктов	150/180	394		Капуста кваш.	30/50	47
П. 310/375	Запеканка из творога с морковью	100/130	252	П. 320/405	Картофель тушеный в соусе	100/150	144	П. 275/340	Омлет натур.	65/85	229	П. 305/405	Икра морков	30/50	55	П. 325/410	Рагу из овощей	105/155	148
	Молоко стущ.	20/20	281		Хлеб пшеничный	20/25	1		Икра кабачковая для дет. питания	20/30	57		Соус сметан.	15/30	372		Хлеб пшеничн.	20/25	1
	Чай с молоком	150/180	413		Булочка «Дорожная»	50/50	453		вафли	20/20	415		Чай с сахаром	150/180	411		Булочка «Дорожная»	50/50	453
	Хлеб пшеничный	20/25	1		Чай с сахаром	150/180	411		Чай с лимоном.	150/180	412		печенье	20/20	905		Напиток из плодов шипов.	150/180	417
	Печенье	20/20	905						Хлеб пшеничный	20/25	1		Хлеб пшеничный	20/25					
Всего	1350/1590			Всего	1335/1575			Всего	1305/1535			Всего	1365/1655			Всего	1230/1510		



