



МЕНЮ-ИНФОРМАЦИЯ
на « 13 » сентя 20 06 г.

8-й день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход порций		Энергетическая ценность, ккал	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Молочная рисовая каша	150	200	100,25	123,0
	Бутерброд с маслом	20/ 5	20/ 10	98,5	154,09
	Чай с сахаром	160	180	50,4	56,0
	Яйцо вареное	40	40	28,0	28,0
Итого за завтрак		375	450	277,15	361,09
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Фрукты - по сезону	120	150	53,3	63,0
ОБЕД	Салат кв. капусты	40	60	9,2	13,8
	Борщ на м/к бульоне со сметаной	140/10	190/10	93,69	117,0
	Оладьи из печени	70	80	129,94	168,3
	Картофельное пюре	110	130	145,2	191,5
	Компот смеси с/ф	150	200	63,6	84,8
	Хлеб ржаной	40	60	67,66	84,58
Итого за обед		560	730	509,29	659,98
ПОЛДНИК	Кефир	180	200	97,31	108,0
	Хлеб пшеничный	20	50	110,95	157,83
Итого за полдник		200	250	208,26	265,83
УЖИН	Биточки рыбные	70	80	116,06	149,06
	Овощи тушеные	120	150	103,43	123,75
	Кофейный напиток с молоком	190	200	113,2	143,2
	Хлеб пшеничный	20	20	42,89	42,89
Итого за ужин		400	450	352,0	450,1
Итого за день				1 400	1 800

МЕНЮ СОСТАВЛЕНО: сеф Рогова Рогова