

19.08



**МЕНЮ-ИНФОРМАЦИЯ**  
на « 14 » 2008 20 08 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход порций		Энергетическая ценность, ккал	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Молочная геркулесовая каша	150	200	111,8	165,7
	Бутерброд с маслом, сыром	20/ 5/ 5	20/ 10/ 10	98,5	124,09
	Чай с сахаром	180	200	77,4	86,0
Итого за завтрак		360	430	287,7	375,79
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Фрукты -яблоко	110	130	57,0	57,0
ОБЕД	Помидор стерилизованный	40	60	17,2	25,8
	Суп картофельный со сметаной на м/к бульоне	172/8	240/10	76,0	94,0
	Плов с отварным мясом	180	200	234,0	284,0
	Сок фруктовый	150	200	99,6	132,8
	Хлеб ржаной	40	50	67,66	84,58
Итого за обед		590	760	494,46	621,18
ПОЛДНИК	Кефир	180	200	106,2	118,0
	Булочка домашняя	20	50	103,89	147,21
Итого за полдник		200	250	210,09	265,21
УЖИН	Запеканка творожная	150	200	232,4	330,5
	Соус сладкий	50	50	33,0	33,0
	Какао с молоком	200	200	113,2	143,2
Итого за ужин		400	450	350,75	480,82
Итого за день				1 400	1 800

МЕНЮ СОСТАВЛЕНО: себе Росса Росса  
(должность) (подпись) (Ф.И.О.)