

Стоимость питания на 1 ребенка
 ___ 257руб.03коп



Утверждаю
 Директор КГОБУ Пограничная КЦ
 Т.А. Леви

ПОНЕДЕЛЬНИК-1 / день десятидневного меню

На 11.10.2021

№	Суточный прием пищи	Выход го	Килокал	белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК						
1						
2						
3						
4						
	всего		0	0	0	0
ВТОРОИ ЗАВТРАК						
1	Батон с маслом и сыром	30/20/15	253	5.9	22.3	15.2
2	какао	200	181	6.1	6.8	25
	всего		434	12	29.1	40.2
ОБЕД						
1	салат из св .огурца	70	25	0.4	2.1	1.3
2	Свекольник со сметаной	300	252	9.3	14	20
3	Плов с говядиной	280	566	24.1	29	52.2
4	Хлеб пшеничный/ржаной	100/50	346	11.6	1.6	69.3
5	компот	200	9.8	0.02	-	16
6	Яблоко свежее	1/130	57	0.5	0.5	12.2
	всего		1255.8	45.92	47.2	171
ПОЛДНИК						
1	пирожок с капустой	100	318	53	26.3	5
2	Сок фруктовый	200	76	1	-	18.2
	всего		394	54	26.3	23.2
УЖИН						
1	Салат зимний	50	56.2	0.7	3.1	6.2
2	Макароны отварные	150	214	5.2	5.6	35.1
3	Рыба в томат соусе	135	182.3	22	13	7.1
4	Хлеб пшеничный	80	191.2	6.3	0.8	38.4
5	Кофейный напиток	200	91.8	1.6	1.7	17.5
	Всего		735.5	35.8	24.2	104.3
	Итого в сутки		2819.3	164.8	126.8	338.7

Ирина С.В. Ж