

Стоимость питания на 1 ребенка  
295руб.94к



Директор КГОБУ Пограничная КШИ  
Левицкая Т.А.

СРЕДА-8день десятидневного меню

На 20.10.2021

№	Суточный прием	Выход готов	Кило	белки	жиры	углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>						
1	каша молочная м	180/200	281.4	7.8	11	38.2
2	хлеб с маслом	80/20	341.2	6.4	17.8	38.7
3	чай,сыр	200/20	129	4.6	5.8	15
4						
	<b>всего</b>		<b>751.6</b>	<b>18.8</b>	<b>34.6</b>	<b>91.9</b>
<b>ВТОРОИ ЗАВТРАК</b>						
1	йогурт(снежок)	250	17.5	12.5	6.3	21.3
2	вафля	29	79	2.3	0.9	15
	<b>всего</b>		<b>96.5</b>	<b>14.8</b>	<b>7.2</b>	<b>36.3</b>
<b>ОБЕД</b>						
1	огурец свежий	60	26.1	0.5	2.1	1.5
2	суп лапша дом	300	262.9	10.1	19	29
3	гороховое пюре	180/30	339	22.1	5.6	49
4	гуляш из говядин	56	141	6.6	13	0
5	хлеб,компот	150/50/200	405	11.4	1.2	38.2
6	яблоко св.	170	78.2	0.6	0.6	16
	<b>всего</b>		<b>1252.2</b>	<b>51.3</b>	<b>41.5</b>	<b>133.7</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1	сок	200	76	1	0	18.2
2	пирожок с картоф	100	156	1	8.8	18.8
	<b>всего</b>		<b>232</b>	<b>2</b>	<b>8.8</b>	<b>37</b>
<b>УЖИН</b>						
1	салат из консерви	50	61	4	4.5	9.3
2	овощное рагу с м	250/50	404.1	21.1	22.6	27.5
3	хлеб	80	191.2	6.3	0.8	38.5
4	какао	200	122.6	3.3	3.6	20.3
5			0	0	0	0
	<b>Всего</b>		<b>778.9</b>	<b>34.7</b>	<b>31.5</b>	<b>95.6</b>
	<b>Итого в сутки</b>		<b>3111.2</b>	<b>121.6</b>	<b>123.6</b>	<b>394.5</b>

*Левицкая Т.А.*