

Стоимость питания на 1 ребенка  
204руб47



Утверждаю  
Директор КГОБУ Пограничная КШИ  
Т.А. Левицкая

ВТОРНИК-7 день десятидневного меню

На 09.11.2021

№	Суточный прием пищи	Выход	Кило	белки	жиры	углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>						
1	каша молочная	250	583	38.3	15.2	46.3
2	хлеб с маслом.сыр	80\20	341.2	6.4	17.8	16.1
3	чай с лимоном	200	122.6	3.3	3.6	0
4	яйцо отв.	40	63	5	4.6	0.3
	<b>всего</b>		<b>1109.8</b>	<b>53</b>	<b>41.2</b>	<b>62.7</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
1	молоко	200	116	5.6	6.4	9.4
2	печенье	24	105	1.8	2.8	18
	<b>всего</b>		<b>221</b>	<b>7.4</b>	<b>9.2</b>	<b>27.4</b>
<b>ОБЕД</b>						
1	салат из св.помидоров	70/63/	46.8	0.9	3.1	3.6
2	суп с крупой	300	249.7	8.4	20.1	22
3	сосиска отварная.соус	60\30	280.1	19.1	28.1	3.6
4	картоф.пюре	250	238	5.04	7.6	36
5	хлеб	100\50	346	16.4	8.2	58.2
6	компот из сухофрукт	200	61.1	0.02	0	16
	<b>всего</b>		<b>1221.7</b>	<b>49.86</b>	<b>67.1</b>	<b>139.4</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
1	сок	200	76	1	0	18.2
2	пирожок с картофелем	100	339.3	6.9	4	66.6
	<b>всего</b>		<b>415.3</b>	<b>7.9</b>	<b>4</b>	<b>84.8</b>
<b>УЖИН</b>						
1	морская капуста с яйцом	70	57.4	3	2.4	3.6
2	макаронник с мясом	250/30	339	17.6	10.5	42.7
3						
4	хлеб\кисель	80/200	242.2	6.3	0	49.6
5	яблоко св.		95.8	0.9	0.7	21.7
	<b>Всего</b>		<b>734.4</b>	<b>27.8</b>	<b>13.6</b>	<b>117.6</b>
	<b>Итого в сутки</b>		<b>3702.2</b>	<b>145.96</b>	<b>135.1</b>	<b>431.9</b>

*с/р ф. Календарь 2021*