

Стоимость питания на 1 ребенка

295 руб 94к

КГОБУ
Директор КГОБУ Пограничная КШИ

КШИ Левицкая Т.А.

СРЕДА 8 день десятидневного меню

На

12.01.2022

№	Суточный прием	Выход готов	Кило	белки	жиры	углеводы
	ЗАВТРАК					
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						
	всего		751.6	18.8	34.6	91.9
	ВТОРОИ ЗАВТРАК					
1	йогурт(снежок)	250	17.5	12.5	6.3	21.3
2	вафля	29	79	2.3	0.9	15
	всего		96.5	14.8	7.2	36.3
	ОБЕД					
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	мандарины	170	78.2	0.6	0.6	16
	всего		1252.2	51.3	41.5	133.7
	ПОЛДНИК					
1	сок	200	76	1	0	18.2
2	сырники со сг.мо	180/40	156	1	8.8	18.8
	всего		232	2	8.8	37
	УЖИН					
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
	Всего		778.9	34.7	31.5	95.6
	Итого в сутки		3111.2	121.6	123.6	394.5

ср Л. Харман Л.ОЗ