Стоимость питания на 1 ребенка
___ **257руб.94коп**

Утверждаю
Директор КГОБУ Пограничная КШ
Т.А.Левицкая

ПОНЕДЕЛЬНИК-1 *Д* день десятидневного меню

На 31.01.2022

№	Суточный прием пищи	Выход го	Килокал	белки	жиры	углеводы
	ЗАВТРАК					
1						
2						
3						
4						
	всего		**0**	**0**	**0**	**0**
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
1	Батон с маслом и сыром	30/20/15	253	5.9	22.3	15.2
2	какао	250	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	мандарины	1/130	57	0.5	0.5	12.2
	всего		**1255.8**	**45.92**	**47.2**	**171**
	ПОЛДНИК					
1	ватрушка с творогом	120	318	53	26.3	5
2	Сок фруктовый	200	76	1	-	18.2
	всего		**394**	**54**	**26.3**	**23.2**
	УЖИН					
1	Салат студенческий	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	Кофеиный 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**

м/с Нагорная Л.В.