Меню "Суховерковский детский сад" филиал МОУ "Суховерковская СОШ"							
6 день	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углевод	Ккал
прием пищи						
завтрак	Каша пшенная молочная	200	6,78	6,76	25,99	191,92
	кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
	Бутерброд с маслом	50	2,3	4,36	14,62	136
обед	Рассольник со сметаной	250	1,99	5,11	16,92	121,75
	Котлета мясная	70	9,84	8,02	7,16	139,13
	Макароны отварные	150	5,5	4,57	26,44	168
	компот из сухофруктов	200	0,5	0	21,15	86,6
	хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,58
полдник	сок	180	0,5	0	10,1	76
	пряник (печенье)	20	2,3	2,9	22,3	125,1
ужин	Картофельное пюре	150	3,24	17,36	18,26	242
	Рыба припущенная	95	11,4	7,9	4,3	132
	чай сладкий	180	0,36	0	0,072	50,4
	итого за день	1775	50,76	59,99	197,872	1644,48

Меню "Суховерковский детский сад" филиал МОУ "Суховерковская СОШ"							
7 день	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углевод	Ккал	
прием пищи							
завтрак	Каша рисовая молочная	200	3,09	4,07	32,09	199	
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	
	Бутерброд с маслом	50	2,3	4,36	14,62	136	
обед	Щи из св. капусты со сметаной	200	1,81	4,91	12,74	102,5	
	Гуляш мясной	80	14,14	11,4	3,63	173,25	
	Каша гречневая рассыпчатая	135	3,64	5,37	36,67	217,21	
	компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	
	хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102	
полдник	иогурт	180	5,8	6,4	8	117,33	
ужин	капуста тушеная с сосиской	200	3,24	17,36	18,26	213,1	
	булочка домашняя	60	6,4	5,6	43,7	249,9	
	чай сладкий	180	0,36	0	0,072	50,4	
	итого за день	1715	47,39	63,18	234,612	1780,69	

Меню "Суховерковский детский сад" филиал МОУ "Суховерковская СОШ"							
8 день	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углевод	Ккал
прием пищи						
завтрак	Вермишель молочная	200	7,18	6,51	23,54	182
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
	Бутерброд с сыром	55	5,06	7	14,62	145
обед	Суп "Крестьянский" с крупой	200	2,31	7,73	15,42	140,58
	макароны отварные	120	5,5	4,57	26,44	134,4
	сосиска отварная	70	7,7	16,73	0,28	182
	компот из сухофруктов	200	0,5	0	21,15	86,6
	хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,58
полдник	Фрукт	140	0,9	0	14,4	76
ужин	Сырники	120	22,04	20,68	35,54	416,89
	со сгущенным молоком	20				
	кисель из концентрата	180	0,4	0,018	25,24	102,73
	итого за день	1535	58,46	67,028	208,65	1657,78

Меню "Суховерковский детский сад" филиал МОУ "Суховерковская СОШ"							
9 день	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углевод	Ккал
прием пищи						
завтрак	Каша гречневая молочная	200	7,68	6,87	29	208,55
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
	Бутерброд с маслом	50	2,3	4,36	14,62	108
обед	Свекольник со сметаной	200	2,04	5	14,1	109,75
	Биточки мясные	70	9,84	8,02	7,16	139,13
	Рис отварной	135	3,21	8,52	33,25	222,52
	компот из сухофруктов	200	0,5	0	21,15	86,6
	хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,58
полдник	сок	180	0,5	0	10,1	42,22
	Булочка сладкая	60	6,4	5,6	43,7	249,9
ужин	Жаркое по домашнему	200	10,93	15	20,91	262,36
	Чай с лимоном	180	0,2	0	13	50,4
	итого за день	1705	49,65	56,38	237,55	1655,01

Меню "Суховерковский детский сад" филиал МОУ "Суховерковская СОШ"						
10 день	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углевод	Ккал
прием пищи						
завтрак	каша молочная "дружба"	200	6,251	7,73	27,71	206,67
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
	Бутерброд с сыром	55	5,06	7	14,62	145
обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	6,64	5,18	15,44	139
	котлета мясная	70	9,84	8,02	7,16	139,13
	макароны отварные	135	5,5	4,57	26,44	168
	компот из сухофруктов	200	0,5	0	21,15	86,6
	хлеб ржаной	50	3,2	0,6	16,2	84,58
полдник	ряженка	180	5,8	6,4	8	117,33
ужин	Оладьи с джемом	120	6,4	5,6	43,7	474
	чай сладкий	180	0,2	0	13	50,4
	итого за день	1620	53,061	48,29	209,24	1717,71