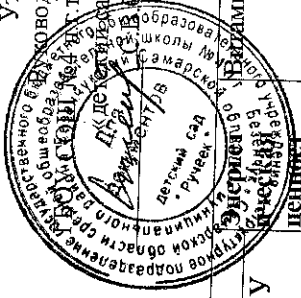


Утверждаю:
 Руководитель СП
 «Сад 10,5», г. Безенчук
 «Сад 10,5» Руцеек»
 Степанова



Меню
 18 мая 2022 года

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Если 10,5			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	Выход блюд	Сад 10,5			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Вермишель молочная	150	4,3	3,9	14,1	258,9	0,84	200	6,23	5,22	18,83	345,2	1,3
	Какао на молоке	150	4,4	3,7	16,1	115,9	1,1	200	5,8	4,9	21,4	154,5	1,5
	Бутерброд с маслом	30/7	4,6	3,2	15,1	107,4	0,14	30/10	4,6	3,2	15,1	107,4	0,14
Итого за завтрак			11,15	15,15	44,82	510,8			15,73	16,3	55,3	661	
Завтрак 2	Сок пакешированный	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6
Обед	Салат из репчатого лука	40	0,52	2,4	3,1	36,84	3,1	60	0,66	3,08	3,89	46,05	4,7
	Суп с клецками на курином бульоне	150	4,5	4,5	11	102,5	4,3	200	6	6	14,6	136,6	5,2
	Шлов с мясом птицы	150	10,1	9,7	35,7	255,9	1,1	180	21,0	19,6	37,6	406	1,8
	Компот из с/фруктов	150	0,06	0	20,7	84,7	0,35	200	0	0	15,4	62	0,05
	Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1	71	0	20	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого за обед		30	1,3	0,2	8,5	40,8	0	30	1,3	0,2	8,5	40,8	0
Полдник	Суфле рыбное	80	12,81	6,41	3,29	122	0,26	100	12,81	6,41	3,29	122	0,56
	Чай с сахаром	150	0,15	0,08	11,25	45	0,02	200	0,18	0,09	15	60	0,03
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71		20	2,37	0,3	14,49	71	
Итого полдник			15,23	6,71	24,77	221			15,23	6,71	24,77	221	
Итого за день			40,7	45,8	186	1285			51,42	53,2	230	1710	