МЕНЮ

Согласовано:
Заведующий
_____/С. П. Чегодаева_____/

Утверждено:
Индивидуальный предприниматель
_____/Ж.В. Штебе/

10 День ЯСЛИ

Рацион: МЕНЮ ЯСЛИ **Неделя:** 2 **День:** пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4	5	19	135	230,18
	Кофейный напиток с молоком	180	1	1	10	57	464,01
	Батон нарезной	20	2	1	10	52	576
	Сыр порционный	10	2	3		36	75
Итого за Завтрак		360	9	10	39	280	
Завтрак 2							
	Сок	160	1		12	52	501
Итого за Завтрак2		160	1		12	52	
Обед							
	Салат овощной	40			3	14	75,13
	Рассольник ленинградский со сметаной	150	2	3	8	66	100,21
	Фрикадельки рыбные	50	7	1	4	54	353,13
	Картофельное пюре	110	2	4	7	75	377
	Компот из апельсинов с яблоками	150			12	50	488,21
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Обед		540	15	8	52	347	
Полдник							
	Молоко кипяченое	170	5	5	8	91	469
	Кондитерское изделие	30	1	2	10	57	580
Итого за Полдник		200	6	7	18	148	
Ужин							
	Голубцы ленивые	50	5	6	2	82	333
	Макаронные изделия отварные	110	4		22	140	256
	Соус томатный	30		1	1	16	419
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	20	2		10	47	573
	Хлеб ржаной	20	2		8	41	574
Итого за Ужин		430	13	7	53	366	
Итого за день		1 690	44	32	174	1193	

Калькулятор_____/_____/ **Технолог**_____/_____/