

Наименование блюда	Выход блюда	Энергетич. ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
Каша ячневая молочная жидкая	150	144,9900	
Бутерброд с сыром/хлеб пшеничный	20/6/20	55,296/58,372	
Какао с молоком	150	100,5000	
Напиток апельсиновый/плоды и ягоды свежие(апельсин)	100/95	52,5/40,85	
Салат из свежей капусты и моркови/салат из кукурузы консервированной	40/30	16,244/29,79	
Суп "Снежок" с мясом птицы/суп по-польски на м/к бульоне	180/13,5/1 80	182,07/101,223	
Плов рисовый с мясом/плов из отварной птицы	120/120	208,8/205,12	
Хлеб пшеничный	30	64,3300	
Хлеб ржаной	30	75,6000	
Компот из сухофруктов (курага)	150	84,7500	
Вафля	25	88,5400	
Овощной винегрет	40	37,3600	
Хлеб пшеничный	20	58,3720	
Чай с сахаром/кефир	150/150	39,795/88,5	
<b>Итого за пятый день</b>			<b>63-79</b>
<b>Приём пищи с 3 до 7 лет 1 неделя день 5</b>			
<b>Завтрак:</b>			
Каша ячневая молочная жидкая	200	241,5600	
Бутерброд с сыром/хлеб пшеничный	30/8/25	83,844/72,965	
Какао с молоком	200	134,0000	
Напиток апельсиновый/плоды и ягоды свежие(апельсин)	100/95	52,5/43,0	
Салат из свежей капусты/салат из кукурузы консервированной	60/50	50,491/14,89	
Суп "Снежок" с мясом птицы/суп по-польски на м/к бульоне/	200/15/20 0	202,3/112,47	
Плов рисовый с мясом/плов из отварной птицы	150/150	261,0/256,4	
Компот из сухофруктов (курага)	200	112,7000	
Хлеб пшеничный	40	116,7440	
Хлеб ржаной	40	75,6000	
Вафля	50	177,0800	
Овощной винегрет	60	56,0400	
Хлеб пшеничный	25	72,9650	
Чай с сахаром/кефир	200/180	53,06/106,2	
<b>Итого за пятый день</b>			<b>93-97</b>

Директор ГБОУ СОШ с.Шигоны 

Старшая м/с  Чулочникова Е.Н.

