

меню (7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

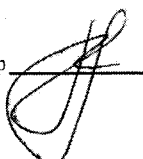
167	Запеканка (сырники) из творога с морковью <i>творог полужирный 9%, морковь, крупа манная, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-341, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-19
20	Молоко сгущенное	Калор.-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29
20	Хлеб пшеничный	Калор.-45, Белки-1, Углеводы-9
20	Хлеб ржаной	Калор.-39, Белки-1, Углеводы-8
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
200	Чай с молоком (0,4/10) <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</i>	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14

Итого за Завтрак Калор.-759, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-91**Завтрак 2**

200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-20
-----	------------	---------------------------------

Итого за Завтрак 2 Калор.-86, Белки-1, Углеводы-20**Обед**

100	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом <i>капуста белокачанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калор.-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
200	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
200	Плов из мяса кур <i>цыплята бройлеры 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-325, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-36
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
60	Хлеб пшеничный	Калор.-135, Белки-4, Углеводы-28
200	Компот из кураги и изюма <i>курага, сахар-песок, изюм</i>	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-21

Итого за Обед Калор.-850, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-131**Итого за день** Калор.-1 695, Белки-67, Жиры-54, Углеводы-242Директор  Ю.П.БуткусКладовщик  Н.И. БезусоваБухгалтер  Н.А.Курбатова

меню (12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

167	Запеканка (сырники) из творога с морковью <i>творог полужирный 9%, морковь, крупа манная, сахар-песок, масло крестьянское несоленое, молоко пастеризованное 3,2%, яйца куриные, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-341, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-19
20	Молоко сгущенное	Калор.-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29
40	Хлеб пшеничный	Калор.-90, Белки-3, Углеводы-19
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
100	Яблоки	Калор.-49, Углеводы-12
200	Чай с молоком (0,4/10) <i>молоко пастеризованное 3,2%, сахар-песок, чай черный байховый</i>	Калор.-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14

Итого за Завтрак Калор.-843, Белки-36, Жиры-30, Углеводы-109**Завтрак 2**

220	Молоко кипяченое	Калор.-129, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10
-----	-------------------------	--

Итого за Завтрак 2 Калор.-129, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10**Обед**

100	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом <i>капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Калор.-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
250	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-164, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25
230	Плов из мяса кур <i>цыплята бройлеры 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная</i>	Калор.-374, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-42
40	Хлеб ржаной	Калор.-78, Белки-3, Углеводы-17
70	Хлеб пшеничный	Калор.-158, Белки-5, Углеводы-33
200	Компот из кураги и изюма <i>курага, сахар-песок, изюм</i>	Калор.-88, Белки-1, Углеводы-21
24	Мясо кур отварное	Калор.-57, Белки-5, Жиры-4
200	Сок	Калор.-86, Белки-1, Углеводы-20

Итого за Обед Калор.-1 097, Белки-42, Жиры-32, Углеводы-166**Итого за день** Калор.-2 068, Белки-85, Жиры-69, Углеводы-285

Директор



Ю.П.Буткус

Кладовщик



Н.И. Безусова

Бухгалтер



Н.А.Курбатова