

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Детский сад "Ангошка" г Болгар
Спасекого муниципального района РТ
Шалашова Г. В.

Шалашова Г. В.
Меню (сад)
Понедельник 1 неделя



Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Суп молочный с крупой (пшениный)	180	6,69	8,04	19,8	178,32	1,63
Какао с молоком	200	4,08	3,94	16,6	116,8	1,42
Бутерброд с сыром	50/10	0,45	0,19	13,22	55,95	0
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	4,08	4,5	7,2	85,6	0
Обед						
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,56	8,7	2,61
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,23	5,03	9,58	136,82	11,8
Картофельное пюре	130	2,96	4,72	34,6	192,72	20,7
Котлета из говядины	70	7,2	9,72	11,24	161,24	0,6
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Булочка с повидлом	60	6,6	8,9	16,4	172,1	0,15
Фрукт	85	1,2	0,12	5,18	21,77	0,1
Кисель	180	0	0	18,82	75,5	0
Цена	123,56					
Итого за 1 день:		42,31	45,71	190,35	1373,93	39,11

Завхоз *Шалашова Г. В.*
Ст. Повар *Шалашова Г. В.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Болгарский детский сад "Антошка"
Спасского муниципального района РТ
Шалашова Г. В.

Меню (сад)
Вторник 1 неделя

Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Залежанка творожная с изюмом и со стученкой	130/20	4,84	6,32	20,8	159,44	0,77
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом и сыром	55	3,7	2,95	15,99	105,31	0,02
2-ой завтрак						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,9
Обед						
Внегрет овощной	60	0,86	2,74	5,23	49,18	13,9
Суп крестьянский на мкб со сметаной	200/12/8	6,95	5,75	17,14	148,11	12,02
Макароны отварные со сливочным маслом	130	3,68	4,43	28,38	156,67	0
Кнели куриные	70	5,07	7,62	4,5	106,86	4,53
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	13,4	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Кисломолочный продукт	180	4,68	4,5	7,2	79,38	0
Фрукт	85	0,55	0,92	5,18	31,2	0,1
Кондитерское изделие	50	3,1	4,01	28,7	163,29	0,26
Цена	123,56					
Итого за день		40,37	42,51	195,91	1333,88	37,29

Завхоз *Муромова Т.А.*
Ст. Повар *Шалашова Г.В.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
Спасского муниципального района РТ
Шалапова Г. В.

Меню (сад)
Вторник 1 неделя



Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Запеканка творожная с изюмом и со сгущенкой	130/20	4,84	6,32	20,8	159,44	0,77
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом и сыром	55	3,7	2,95	15,99	105,31	0,02
2-ой завтрак						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,9
Обед						
Салат из белокочанной капусты	60	0,86	2,74	5,23	49,18	13,9
Суп крестьянский на мкб со сметаной	200/12/8	6,95	5,75	17,14	148,11	12,02
Макаронны отварные со сливочным маслом	130	3,68	4,43	28,38	156,67	0
Кнели куриные	70	5,07	7,62	4,5	106,86	4,53
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	13,4	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Кисломолочный продукт	180	4,68	4,5	7,2	79,38	0
Фрукт	85	0,55	0,92	5,18	31,2	0,1
Кондитерское изделие	50	3,1	4,01	28,7	163,29	0,26
Цена	123,56					
Итого за день		40,37	42,51	195,91	1333,88	37,29

Шалапова Г. В. Завхоз
Шалапова Г. В. Ст. Повар

Согласовано:
 Заведующая МБДОУ "Болгарский детский сад "Антошка"
 Спасского муниципального района РТ
Шалашова Г. В.

Меню (сад)
 Среда 1 неделя

Утверждено:
 Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша манная молочная со сливочным маслом	180/7/7	5,8	6	15,2	135,6	2,14
Чай сладкий с молоком	200	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
2-ой завтрак						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,9
Обед						
Салат из припущенной моркови с изюмом	60	0,75	6,04	7,2	86,38	2,92
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей со сметаной	200/12/8	4,9	6,45	17,8	148,85	13,4
Жаркое по-домашнему из говядины	180	9,84	9,05	27,35	230,21	18,4
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	22,7	77,5	2,65
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Булочка домашняя	60	2,87	4,81	31,33	180,11	0,25
Кисломолочный продукт	200	5,2	4,5	7,56	87,86	0,54
Цена	123,56					
Итого за день		39,23	43,9	200,19	1361,03	45,56

Завхоз *Мухоморова Т. А.*
 Ст. Повар *Мухоморова А. А.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
Спасского муниципального района РТ
Шалашова Г. В.

Меню (сад)

Среда 1 неделя



Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша манная молочная со сливочным маслом	180/7/7	5,8	6	15,2	135,6	2,14
Чай сладкий с молоком	200	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
2-ой завтрак						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,9
Обед						
Салат из моркови с изюмом	60	0,75	6,04	7,2	86,38	2,92
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей со сметаной	200/12/8	4,9	6,45	17,8	148,85	13,4
Жаркое по-домашнему из говядины	180	9,84	9,05	27,35	230,21	18,4
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	22,7	77,5	2,65
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Булочка домашняя	60	2,87	4,81	31,33	180,11	0,25
Кисломолочный продукт	200	5,2	4,5	7,56	87,86	0,54
Цена	123,56					
Итого за день		39,23	43,9	200,19	1361,03	45,56

Завхоз / *Мариамна Т.И.*

Ст. Повар / *Шалашова Г.В.*

Согласовано:
 Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
 Спасского муниципального района РТ
 Шалашова Г. В.

Утверждено:
 Председатель СПОСПК "Эдем"
 Турнина А. А.



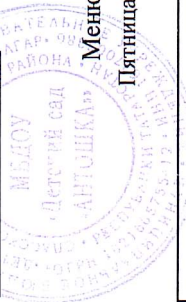
Меню (сад)
 Четверг 1 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Суп молочный вермишелевый	180	4,7	5,88	16,2	136,52	1,22
Какао с молоком	200	4,08	2,96	12,47	116,8	1,07
Бутерборд с сыром	50/10	0,45	0,24	16,53	70	0
2-ой завтрак						
К;исломолочный продукт	180	4,86	4,5	19,44	137,6	0
Обед						
Салат из отварной свеклы	60	0,87	4,05	5,27	61,07	5,8
Суп картофельный с крупой (пшениный) на мкб со сметаной	200/12/8	5,1	6,05	22	162,85	8,82
Запеканка рыбная с рисом	150	8,23	9,5	28,04	232,86	15,58
Чай с сахаром и лимоном	200/10/4	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Чай без сахара	200	0,01	0	0,03	0,09	0,05
Фрукт	85	0,72	0,2	6,48	34,4	4,8
Оладьи со стухненным молоком	120/10	7,45	8,8	34,55	247,2	0,66
Цена	123,56					
Итого за день		41,41	45,02	201,28	1383,85	38,69

Завхоз *Александровская Т.И.*
 Ст. Повар *Александровская А.И.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Болгарский детский сад "Антошка"
Спасекого муниципального района РТ
Шалапова Г. В.



Меню (сад)

Пятница 1 неделя

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

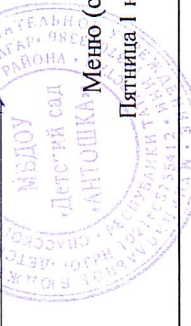
Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Омлет натуральный со сливочным маслом	150	5,31	6,1	17	144,14	1,1
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом	50/10	2,83	3,25	22,6	108	0,04
2-ой завтрак						
К;исломолочный продукт	180	3,36	4,5	7,2	82,7	0
Обед						
Салат картофельный с солеными огурцами	60	0,86	2,74	5,23	49,18	15,28
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	200/12	6,11	5,41	13,2	125,93	9,1
Каша гречневая со сливочным маслом	130	5,85	6,55	33,54	197,37	0
Гуляш из куриных грудок	40/40	3,45	6,8	7,11	103,44	5,4
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	16	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Булочка "К чаю"	60	6,2	8,42	20,4	182,2	0,15
Фрукт	85	1,44	0,17	6,88	32,13	6,1
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Цена	123,56					
Итого за день		41,6	47,25	197,2	1340,82	39,06

Завхоз *Марина Т.И.*
Ст. Повар *Михайлова А. В.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
Спаского муниципального района РТ
Шалашова Г. В.



Меню (сад)

Пятница 1 неделя

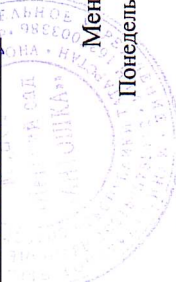


Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Омлет натуральный со сливочным маслом	150	5,31	6,1	17	144,14	1,1
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом	50/10	2,83	3,25	22,6	108	0,04
2-ой завтрак						
К:исломолочный продукт	180	3,36	4,5	7,2	82,7	0
Обед						
Салат "Витаминный"	60	0,86	2,74	5,23	49,18	15,28
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	200/12	6,11	5,41	13,2	125,93	9,1
Каша гречневая со сливочным маслом	130	5,85	6,55	33,54	197,37	0
Гуляш из куриных грудок	40/40	3,45	6,8	7,11	103,44	5,4
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	16	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Булочка "К чаю"	60	6,2	8,42	20,4	182,2	0,15
Фрукт	85	1,44	0,17	6,88	32,13	6,1
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Цена	123,56					
Итого за день		41,6	47,25	197,2	1340,82	39,06

Завхоз / Шалашова Г. В.
Ст. Повар / Шалашова А. И.

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Болгарский детский сад "Антошка"
Спасекого муниципального района РТ
Шалапова Г. В.



Меню (сад)

Понедельник 2 неделя

Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.



Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	180/7/7	5,8	6	15,2	136	1,75
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
Чай сладкий с молоком	200	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
2-ой завтрак						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,89
Обед						
Салат из припущенной моркови с яблоком	60	0,73	7,48	6,73	97,16	3,12
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,23	5,03	10,58	136,82	14,3
Рыба запеченная в омлете	150	8,72	8,6	29,9	231,88	2,06
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	22,7	77,54	2,65
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,57	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Слойка с сахаром	65	6,6	8,6	35,7	246,6	0,15
Фрукт	85	1,2	0,1	5,18	21,77	11
Чай без сахара	200	0,01	0	0,03	0,09	0,05
Цена	123,56					
Итого за 1 день:		38,54	42,86	197,07	1362,38	37,43

Завхоз *А. А. Арсланов* Т. И.
Ст. Повар *Шалапова Г. В.*

Согласовано:
Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
Спасекого муниципального района РТ
Шалапова Г. В.



Меню (сад)
Понедельник 2 неделя



Председатель СПОСДК "Эдем"

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	180/7/7	5,8	6	15,2	136	1,75
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
Чай сладкий с молоком	200	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
2-ой завтрак						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,89
Обед						
Салат из моркови	60	0,73	7,48	6,73	97,16	3,12
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,23	5,03	10,58	136,82	14,3
Рыба запеченная в омлете	150	8,72	8,6	29,9	231,88	2,06
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	22,7	77,54	2,65
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,57	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Слойка с сахаром	65	6,6	8,6	35,7	246,6	0,15
Фрукт	85	1,2	0,1	5,18	21,77	11
Чай без сахара	200	0,01	0	0,03	0,09	0,05
Цена	123,56					
Итого за 1 день:	4	38,54	42,86	197,07	1362,38	37,43

Завхоз *Мухоморова Г. И.*
Ст. Повар *Мухоморова А. А.*

Согласовано:
 Заведующая МБДОУ "Болгарский детский сад "Антошка"
 Спасского муниципального района РТ
Шалашова Г. В.

Меню (сад)
 Вторник 2 недели

Утверждаю:
 Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.

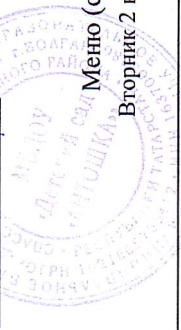
Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Пудинг из творога	130/20	4,74	6,08	18,29	146,84	0,77
Какао с молоком	190	3,7	3,24	13,9	116,8	1,42
Батон	40	1,98	0,42	17,4	81,3	0
Масло сливочное	5	0,04	1,7	0,06	32,8	0
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	4,86	4,5	18,53	134,4	0
Обед						
Салат из свежих огурцов	60	0,86	2,74	5,23	49,18	14,28
Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб со сметаной	200/12/8	6,18	6,8	23,1	178,32	8,82
Рагу овощное	150	2,49	5,8	18,74	137,12	8,36
Котлета куриная	70	5,7	5,56	8,15	105,44	0,62
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Компот из свежих фруктов	180	0,05	0	15,29	61,33	0,04
Полдник						
Кисель	190	0	0	18,99	75,96	0
Пирожок печеный с картофелем	65	7,9	8,8	22,1	199,2	4,55
Цена	123,56					
Итого за день		41,69	46,04	200,49	1395,49	38,86

Завхоз *Марьямханов Ф.М.*
 Ст. Повар *Шалашова Г. В.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
Спасекого муниципального района РТ

Шалашова Г. В.



Меню (сад)

Вторник 2 неделя



Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Пудинг из творога	130/20	4,74	6,08	18,29	146,84	0,77
Какао с молоком	190	3,7	3,24	13,9	116,8	1,42
Батон	40	1,98	0,42	17,4	81,3	0
Масло сливочное	5	0,04	1,7	0,06	32,8	0
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	4,86	4,5	18,53	134,4	0
Обед						
Салат "Витаминный"	60	0,86	2,74	5,23	49,18	14,28
Суп картофельный с крупой (гречневый) на мкб со сметаной	200/12/8	6,18	6,8	23,1	178,32	8,82
Рагу овощное	150	2,49	5,8	18,74	137,12	8,36
Котлета куриная	70	5,7	5,56	8,15	105,44	0,62
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Компот из свежих фруктов	180	0,05	0	15,29	61,33	0,04
Полдник						
Кисель	190	0	0	18,99	75,96	0
Пирожок печеный с картофелем	65	7,9	8,8	22,1	199,2	4,55
Цена	123,56					
Итого за день		41,69	46,04	200,49	1395,49	38,86

Завхоз *Шалашова Г. В.*
Ст. Повар *Шалашова А. А.*

Согласовано:
 Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
 Спасекого муниципального района РТ
Шалапова Г. В.



Меню (сад)
 Среда 2 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,2	5,8	17,94	140,6	1,95
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,69	13,8	89,49	1,75
Бутерброд с маслом и сыром	70	4,33	3,75	20,35	132,47	0,04
2-ой завтрак						
Сок	180	0,9	0	10,8	73,87	3,89
Обед						
Салат из отварной свеклы	60	0,87	4,05	5,27	61,07	4,58
Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей со сметаной	200/12/8	4,9	6,45	17,8	148,85	13,4
Голубцы ленивые	190	8,1	8,5	29,64	228,36	11,8
Компот из сухофруктов	180	0,05	0	16,08	64,55	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	4,2	2,1	20,71	118,54	0
Полдник						
Булочка слобная	60	4,4	4,25	26,1	160,25	0,25
Фрукт	85	0,72	0,2	6,48	30,6	4,8
Кисломолочный продукт	180	3,36	4,5	7,2	82,74	0
Цена	123,56					
Итого за день	€	38,55	42,29	192,17	1331,39	42,5

Завхоз *Мариам Т. М.*
 Повар *Шалапова Г. В.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
Спасского муниципального района РТ
Шалапова Г. В.

Меню (сад)

Четверг 2 недели



Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Суп молочный с крупой (рисовый)	180	5,04	5,7	15,02	131,54	1,63
Чай сладкий с молоком	180	2,71	3,1	16,24	105,65	1,26
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	3,74	3,23	5,44	63,26	0,4
Обед						
Салат картофельный с солеными огурцами	60	0,48	0,06	1,56	8,7	2,61
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	6,14	9,58	7,53	140,9	12,22
Картофельное пюре	130	2,96	4,72	34,6	192,72	11,01
Биточки рыбные из минтая	70	6,8	5,86	4,61	98,38	2,3
Компот из яблок и изюма	150	0,21	0,06	18,92	64,62	2,21
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Чай без сахара	200	0,01	0	0,03	0,09	0,05
Фрукт	85	0,72	0,68	6,48	34,4	4,8
Оладьи со стуженкой	120/10	7,65	8,55	34,52	245,63	0,66
Цена	123,56					
Итого за день		42,47	45,42	188,96	1320,89	39,25

Завхоз *Шалапова Г. В.*
Ст. Повар *Шалапова А. И.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Болгарский детский сад "Антошка"
Спасского муниципального района РТ
Шалашова Г. В.



Меню (сад)
Пятница 2 неделя



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,8	5,78	17,22	140,1	1,89
Какао с молоком	180	3,67	3,55	14,94	106,39	1,42
Бутерброд с маслом	50/10	2,83	3,25	22,6	108	0,04
2-ой завтрак						
Сок	180	0,84	0	4,1	19,2	3,24
Обед						
Винегрет овощной	60	0,86	2,74	5,23	49,18	14,58
Суп картофельный с бобовыми на квб	200/12	6,11	5,41	13,2	125,93	9,1
Плов из говядины	190	9,48	12,28	34,2	287,25	4,98
Компот из свежих фруктов	180	0,05	0	15,29	61,33	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Сырники из творога	80/20	7,13	9,19	23,77	206,31	0,36
Фрукт	85	1,2	0,12	5,18	21,77	0,1
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Цена	123,56					
Итого за день		40,31	42,76	189,39	1001,79	36,26

Завхоз *М. Арсланов* Т.И.
Ст. Повар *Шалашова Г. В.*

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Детский сад "Антошка" г Болгар
Спасского муниципального района РТ

Шалашова Г. В.



Меню (сад)

Пятница 2 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,8	5,78	17,22	140,1	1,89
Какао с молоком	180	3,67	3,55	14,94	106,39	1,42
Бутерброд с маслом	50/10	2,83	3,25	22,6	108	0,04
2-ой завтрак						
Сок	180	0,84	0	4,1	19,2	3,24
Обед						
Салат из белокачанной капусты	60	0,86	2,74	5,23	49,18	14,58
Суп картофельный с бобовыми на мкб	200/12	6,11	5,41	13,2	125,93	9,1
Плов из говядины	190	9,48	12,28	34,2	287,25	4,98
Компот из свежих фруктов	180	0,05	0	15,29	61,33	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0
Полдник						
Сырники из творога	80/20	7,13	9,19	23,77	206,31	0,36
Фрукт	85	1,2	0,12	5,18	21,77	0,1
Чай с сахаром	200/10	0,15	0,04	12,13	55,16	0,1
Цена	123,56					
Итого за день		40,31	42,76	189,39	1001,79	36,26

Завхоз *Алишера Ф. И.*

Ст. Повар *Шалашова А. А.*