

САД ЛЕТО

Выход (г)	Наименование блюда
<u>Завтрак</u>	
30	Бутерброд с маслом (20/10) * Масло сливочное 72,5 % жир, Хлеб пшеничный
140	Омлет с сыром (150) * Масло растительное, Масло сливочное 72,5 % жир, Молоко 2,5 % жир, Сыр российский 50 % жир, Яйцо
200	Кофейный напиток с молоком(200) * Кофейный напиток, Молоко 2,5 % жир, Сахар
50	Помидор свежий(50) * Помидоры
420	Итого за Завтрак
<u>Завтрак 2</u>	
100	Яблоки (100) * Яблоки свежие
100	Итого за Завтрак 2
<u>Обед</u>	
30	Хлеб ржаной Хлеб ржаной
80	Птица отварная (70) * Курица, Лук репчатый
40	Хлеб пшеничный * Хлеб пшеничный
130	Каша гречневая с маслом* Крупа гречневая, Масло сливочное 72,5 % жир
180	Напиток из плодов шиповника * Сахар, Шиповник сухой
200	Суп с макаронными изделиями и картофелем(200) * Зелень петрушки, Картофель, Лук репчатый, Макароны, вермишель, лапша, Масло растительное, Масло сливочное 72,5 % жир, Морковь, Сметана 15% жир, Соль, Укроп, Чеснок
53	Огурцы свежие(50) * Огурцы
713	Итого за Обед
<u>Полдник</u>	
186	Кефир (180) * Кефир 2,5 % жир
60	Плюшка * Дрожжи, Масло растительное, Масло сливочное 72,5 % жир, Молоко 2,5 % жир, Мука пшеничная, Сахар, Яйцо
246	Итого за Полдник
<u>Ужин</u>	
20	Хлеб ржаной 20(20) * Хлеб ржаной
20	Хлеб пшеничный (20) ** Хлеб пшеничный
200	Чай с сахаром (200) Сахар, Чай высшего и 1-го сорта
200	Рагу из овощей (200) * Горошек зеленый конс., Капуста белокочанная, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сливочное 72,5 % жир, Морковь, Томатное пюре
440	Итого за Ужин
1 919	Итого за день
Заведующий	Меньшикова В.Н

ЯСЛИ ЛЕТО

Выход (г)	Наименование блюда
<u>Завтрак</u>	
180	Кофейный напиток с молоком (180) * Кофейный напиток, Молоко 2,5 % жир, Сахар
120	Омлет с сыром(145) * Масло сливочное 72,5 % жир, Молоко 2,5 % жир, Сыр российский 50 % жир, Яйцо
25	Бутерброд с маслом * Масло сливочное 72,5 % жир, Хлеб пшеничный
30	Помидор свежий(30) * Помидоры
355	Итого за Завтрак
<u>Завтрак 2</u>	
95	Яблоки * Яблоки свежие
95	Итого за Завтрак 2
<u>Обед</u>	
50	Птица отварная * Курица, Лук репчатый
120	Каша гречневая с маслом* Крупа гречневая, Масло сливочное 72,5 % жир
20	Хлеб пшеничный (20) ** Хлеб пшеничный
20	Хлеб ржаной * Хлеб ржаной
180	Напиток из плодов шиповника * Сахар, Шиповник сухой
180	Суп с макаронными изделиями и картофелем(200) * Зелень петрушки, Картофель, Лук репчатый, Макароны, вермишель, лапша, Масло растительное, Масло сливочное 72,5 % жир, Морковь, Сметана 15% жир, Соль, Укроп, Чеснок
40	Огурцы свежие(30) * Огурцы
610	Итого за Обед
<u>Полдник</u>	
150	Кефир (150) * Кефир 2,5 % жир
60	Плюшка(60) * Дрожжи, Масло растительное, Масло сливочное 72,5 % жир, Молоко 2,5 % жир, Мука пшеничная, Сахар, Яйцо
210	Итого за Полдник
<u>Ужин</u>	
20	Хлеб пшеничный (20) ** Хлеб пшеничный
20	Хлеб ржаной 20(20) * Хлеб ржаной
180	Чай с сахаром (180) ** Сахар, Чай высшего и 1-го сорта
180	Рагу из овощей * Горошек зеленый конс., Капуста белокочанная, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сливочное 72,5 % жир, Морковь
400	Итого за Ужин
1 670	Итого за день