

51СОГЛАСОВАНО:

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Зам. генерального директора

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликова У.Ю.

ВАРИАНТ № 1

Полдники



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
1 день Понедельник					
Пирожки печеные с картофелем	100	6,69	5,78	40,72	241,62
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,60
ИТОГО		7,69	5,98	60,92	328,22
2 день Вторник					
Оладьи с повидлом	100\20	6,08	2,58	62,71	294,60
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	108
ИТОГО		11,88	7,58	72,31	402,60
3 день Среда					
Пирожки с яблоками	100	5,8	4,14	45,75	244,78
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,60
ИТОГО		6,8	4,34	65,95	331,38
День 4 Четверг					
Ватрушка с творогом	100	10,68	6,49	43,65	276,13
Чай с сахаром и лимоном	200\7	0,26	0,01	15,6	63,53
ИТОГО		10,87	6,5	59,25	339,66
День 5 Пятница					
Сосиска в тесте	100	10,25	14,65	30,13	292,77
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6
ИТОГО		11,12	14,85	50,33	379,37
День 6 Понедельник					
Пирожок с яблоками	100	5,8	4,14	45,75	244,78
Молоко кипячёное	200	5,8	5	9,6	108
ИТОГО		11,6	9,14	55,35	348,78
День 7 Вторник					
Блинчики со сгущенным молоком	100\20	7,50	7,50	44,00	276,11
Чай с сахаром и лимоном	200\7	0,26	0,1	15,6	63,53
ИТОГО		8,06	7,51	59,6	339,64
ДЕНЬ 8 Среда					
Ватрушка с повидлом	100	6,08	2,58	62,71	294,60
Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	108
ИТОГО		11,88	7,58	72,31	402,6
День 9 Четверг					
Сосиска в тесте	100	10,12	14,65	30,13	292,7
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6
ИТОГО		11,12	14,85	50,33	379,30
День 10 Пятница					
Ватрушка с творогом	100	10,61	6,49	43,65	276,13
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62,33
ИТОГО		10,81	6,49	59,05	338,46