

МЕНЮ НА 01.08.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	190		8,1	11,3	29,1	250,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180		4,2	4,4	13,3	109,8
БАТОН	35		2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12		2,4	3,1		38,5
			17,5	24,2	59,6	526,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100		0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,7	70,5
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50		0,9	2,9	5,8	54,1
СУП ХАРЧО НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11		8,7	11,3	28,4	255,3
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150		13,4	14,1	30,8	304,0
СОУС ТОМАТНЫЙ	50		0,6	1,9	3,1	32,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180				8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
			28,7	30,7	110,0	838,5
Полдник						
КЕФИР	200		5,8	5,1	8,0	106,0
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
			8,1	8,0	30,3	131,1
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5,4	4,9	0,3	66,6
РАГУ ОВОЩНОЕ	190		4,4	5,4	25,6	170,7
ЧАЙ	200/10		0,3		7,6	32,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
			11,8	10,5	44,1	320,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:136			66,7	74,0	258,7	1 887,6