

## МЕНЮ НА 10.10.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 20

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		170	6,8	8,1	27,0	208,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,6	3,7	11,2	93,5
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>12,8</b>	<b>16,2</b>	<b>52,9</b>	<b>410,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
ПАЛОЧКИ СВЕКОЛЬНЫЕ		30	0,5		3,1	14,8
СУП РИСОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ		160	6,5	8,6	19,7	186,0
ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ С МЯСНОЙ ПОДЛИВОЙ		130/60	4,9/8,7	4,0/8,4	30,7/4,3	178,7/127,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>22,9</b>	<b>21,2</b>	<b>79,7</b>	<b>605,4</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР		180	5,2	4,5	7,2	95,4
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			<b>6,7</b>	<b>6,5</b>	<b>22,1</b>	<b>178,8</b>
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		50	0,9	2,4	5,2	47,4
СУХАРНИК		130	8,9	13,0	9,7	190,5
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		9,3	38,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
			<b>12,7</b>	<b>15,8</b>	<b>41,2</b>	<b>357,9</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 143</b>			<b>55,6</b>	<b>59,8</b>	<b>206,0</b>	<b>1595,9</b>

