

МЕНЮ НА 14.07.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧКОЙ		190	6,7	8,9	21,6	194,2
КАКАО НА МОЛОКЕ		180	4,6	4,8	13,8	117,4
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			14,1	18,2	52,6	432,3
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Полдник						
ОГУРЕЦ ПОРЦ		28	0,3	0,6	0,9	10,4
СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,9	10,8	27,9	248,7
СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА		150	2,1	5,4	12,6	107,8
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНО- ОВОЩ СОУСЕ		70	9,2	8,8	10,4	158,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ «С»		180			8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ржаной		45	6,7	0,7	43,8	207,6
			27,2	26,3	104,3	767,3
Полдник						
МОЛОКО		200	5,9	6,5	9,6	122,2
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
			8,3	6,8	24,3	193,6
Ужин						
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ		50	0,5		2,8	14,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	8,1	12,9	2,7	159,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,3		9,3	38,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			10,6	19,5	25,4	263,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,7	70,9	216,7	1 699,2
СТОИМОСТЬ 140						