

МЕНЮ НА 16.11.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

| Наименование блюда                                     | Выход     |          | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |           |          |                   |              |               |                               |
| СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ                              |           | 170      | 4,5               | 7,0          | 14,2          | 139,4                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                       |           | 160      | 3,3               | 3,4          | 10,8          | 87,4                          |
| БАТОН  |           | 20       | 1,6               | 0,2          | 9,8           | 47,6                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                       |           | 5        |                   | 4,1          |               | 37,4                          |
|  |           |          | <b>9,4</b>        | <b>14,7</b>  | <b>34,8</b>   | <b>311,8</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>  |           |          |                   |              |               |                               |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ  |           | 30       | 0,6               | 2,7          | 2,3           | 35,7                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ |           | 160      | 6,9               | 6,3          | 16,8          | 151,7                         |
| СУФЛЕ ИЗ КУР СОУС СМЕТАННЫЙ                            |           | 100/60   | 16,9              | 19,3         | 8,3           | 277,7                         |
| КОМПОТ ИЗ СВ С/ФС ВИТАМИНОМ "С"                        |           | 150      |                   |              | 6,8           | 27,1                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   |           | 20       | 1,5               | 0,1          | 10,0          | 47,4                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  |           | 40       | 2,6               | 0,4          | 17,0          | 81,6                          |
|  |           |          | <b>28,5</b>       | <b>28,8</b>  | <b>61,2</b>   | <b>621,2</b>                  |
| <b>Полдник</b>   |           |          |                   |              |               |                               |
| СНЕЖОК   |           | 180      | 5,52              | 4,94         | 17,64         | 136,7                         |
| БАТОН  |           | 20       | 1,6               | 0,2          | 9,5           | 78,3                          |
|  |           |          | <b>7,12</b>       | <b>5,14</b>  | <b>27,14</b>  | <b>215,0</b>                  |
| <b>Ужин</b>  |           |          |                   |              |               |                               |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СОУС СМЕТАННЫЙ            |           | 160/50   | 3,4               | 7,1          | 16,2          | 143,5                         |
| КИСЕЛЬ   |           | 190      |                   |              | 11,1          | 44,1                          |
|  |           |          | <b>3,4</b>        | <b>7,1</b>   | <b>27,3</b>   | <b>187,6</b>                  |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:144</b>                               |           |          | <b>48,92</b>      | <b>55,84</b> | <b>160,54</b> | <b>1378,6</b>                 |