

**МЕНЮ НА 19.07.22**

Если 12 часов

**ДЕНЬ 18**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СМЕТАННАЯ ПОДЛИВА	110/15		1,9	8,3	19,1	171,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		3,3	3,4	10,8	87,7
БАТОН	25		2,0	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5/			4,1		37,4
			<b>10,5</b>	<b>16,1</b>	<b>42,2</b>	<b>356,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	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>						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ	30		0,6	2,3	3,4	36,6
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9		6,3	8,9	18,8	185,1
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С КУРОЙ	110/65		8,9/13,4	3,5/14,8	18,5/0,37	141/188,9
КОМПОТ ИЗ С/Ф АСКОРБИНОВОЙ К-ОЙ	150				6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
			<b>34,1</b>	<b>30,1</b>	<b>79,97</b>	<b>731,3</b>
<b>Полдник</b>						
КИСЕЛЬ	180				15,4	61,9
ПЕЧЕНЬЕ	/20		1,5	2,0	14,9	83,4
			<b>1,5</b>	<b>2,0</b>	<b>30,3</b>	<b>145,3</b>
<b>Ужин</b>						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ	130		9,31	11,2	59,6	377,2
МОЛОКО	160		5,31	5,85	8,64	109,98
			<b>14,62</b>	<b>17,05</b>	<b>68,24</b>	<b>487,18</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:145</b>			<b>61,22</b>	<b>65,35</b>	<b>230,81</b>	<b>1762,8</b>