

## МЕНЮ НА 19.10.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ		170	6,4	8,5	21,0	187,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	2,9	3,0	10,2	80,0
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>11,7</b>	<b>15,9</b>	<b>45,9</b>	<b>376,6</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 ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО		30	0,9	1,1	1,8	19,9
СУП ПО- ПОЛЬСКИ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/9	11,8	13,7	17,1	241,6
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ		170	11,31	15,42	18,58	253,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150	0,0	0,0	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>31,4</b>	<b>30,3</b>	<b>75,7</b>	<b>703,4</b>
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК		180	4,9	4,4	15,9	123,03
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			<b>6,4</b>	<b>6,4</b>	<b>30,8</b>	<b>206,43</b>
<b>Ужин</b>						
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		130	4,1	7,9	24,9	186,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		9,3	38,4

	4,1	7,9	48,2	225,0
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:СТОИМОСТЬ143</b>	<b>54,4</b>	<b>60,6</b>	<b>210,7</b>	<b>1554,43</b>