

МЕНЮ НА 20.09.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 11

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ		170	6,6	9,0	25,0	206,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,3	3,4	10,8	87,4
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			12,3	16,8	50,5	402,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ		30	0,3	1,7	1,3	21,9
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/5	7,5	8,7	18,3	183,2
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ) СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ		130/30	15,6/07	17,3/1,9	5,8/4,3	242,7/38,6
КОМПОТ ИЗ СВ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"		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
			29,2	30,2	70,2	673,3
Полдник						
ЧАЙ		180			9,3	38,4
БАТОН С ПОВИДЛОМ		20	1,5	2,0	12,8	51,6
			1,5	2,0	22,1	90,0
Ужин						
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		100	1,6	3,1	9,2	75,4
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ,		130	3,9	6,9	18,3	150,8
КИСЕЛЬ		160			9,1	36,3
			5,5	10,0	36,6	262,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 143			49,0	59,1	189,5	1472,