

МЕНЮ НА 23.11.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ		170	6,7	9,1	25,2	210,1
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,4	3,6	10,0	86,9
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			12,5	17,1	49,9	405,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО		143	0,59	0,59	13,96	66,74
			0,59	0,59	13,96	66,74
Обед						
САЛАТ «СВЕКОЛКА»		30	0,7	1,2	5,8	37,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/КСО СМЕТАНОЙ		160/9	5,4	6,9	11,6	124,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,76	4,26	20,2	126,32
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА		65	7,4	7,2	3,6	109,5
КОМПОТ ИЗ С/Ф С ВИТАМИНОМ "С"		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			19,46	20,06	71,6	535,82
Полдник						
СНЕЖОК		180	4,9	4,4	15,9	123,0
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
			6,5	4,6	24,4	170,6
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		200	21,8	12,4	5,6	221,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		5,4	22,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ			1,3	0,2	8,5	40,8
			23,4	12,6	19,5	284,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ144			62,45	54,95	179,36	1463,86