

МЕНЮ НА 4.07.22

Если 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		170	5,8	8,0	23,0	189,1
КАКАО НА МОЛОКЕ		180	3,29	3,5	10,2	86,1
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>11,49</b>	<b>15,9</b>	<b>47,9</b>	<b>384,0</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>
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0,4	1,8	1,4	23,8
СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/9	11,2	13,1	17,6	236,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ		160	10,6	11,5	9,9	187,3
КОМПОТ ИЗ С/ФС ВИТАМИНОМ "С"		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			<b>26,5</b>	<b>26,9</b>	<b>63,5</b>	<b>606,7</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА		180	5,22	4,5	7,56	97,2
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>7,52</b>	<b>7,4</b>	<b>29,86</b>	<b>222,3</b>
<b>Ужин</b>						
ПЮРЕ МОРКОВНОЕ	30		0,7	0,2	2,9	16,7
БИТОЧКИ МАННЫЕ		100	4,8	3,2	26,8	153,9
ЯБЛОКО		120	0,5	0,5	11,8	56,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		5,4	22,5
			<b>6,3</b>	<b>3,9</b>	<b>46,9</b>	<b>249,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: 145р.</b>			<b>52,31</b>	<b>54,2</b>	<b>198,26</b>	<b>1505,5</b>

