

МЕНЮ НА 5.07.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		170	6,4	8,5	22,3	192,0
КАКАО НА МОЛОКЕ		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
			12,2	16,5	47,0	387,7
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ		30	0,3	1,9	1,4	24,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		160	8,8	8,0	20,0	186,7
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ		160	17,1	19,1	38,5	392,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			6,8	27,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
			28,8	29,4	83,7	713,1
Полдник						
КЕФИР		180	5,18	4,55	7,2	95,4
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			6,68	6,55	22,1	178,8
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		200	21,8	12,4	5,6	221,6
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК		150	0,1	0,1	11,0	44,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
			24,2	12,7	31,7	337,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 145			72,38	65,25	194,6	1659,9