

**МЕНЮ НА 6.07.22**  
**Сад 12 часов**  
**ДЕНЬ 8**

| Наименование блюда                           | Выход     |          | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                               |           |          |                   |             |              |                               |
| КАША КУКУРУЗНАЯ                              |           | 190      | 8,1               | 11,3        | 29,1         | 250,4                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                   |           | 180      | 4,2               | 4,4         | 13,3         | 109,8                         |
| БАТОН  |           | 35       | 2,8               | 0,4         | 17,2         | 83,3                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                             |           | 12       | 2,4               | 3,1         |              | 38,5                          |
|  |           |          | <b>17,5</b>       | <b>24,2</b> | <b>59,6</b>  | <b>526,9</b>                  |
| <b>II Завтрак</b>                            |           |          |                   |             |              |                               |
| ЯБЛОКО 150                                   |           | 100      | 0,6               | 0,6         | 14,7         | 70,5                          |
|  |           |          | <b>0,6</b>        | <b>0,6</b>  | <b>14,7</b>  | <b>70,5</b>                   |
| <b>Обед</b>                                  |           |          |                   |             |              |                               |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                |           | 50       | 0,9               | 2,9         | 5,8          | 54,1                          |
| СУП ХАРЧО НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ |           | 200/11   | 8,7               | 11,3        | 28,4         | 255,3                         |
| ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ                            |           | 150      | 13,4              | 14,1        | 30,8         | 304,0                         |
| СОУС ТОМАТНЫЙ                                |           | 50       | 0,6               | 1,9         | 3,1          | 32,7                          |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"  |           | 180      |                   |             | 8,7          | 34,8                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               |           | 45       | 3,4               | 0,3         | 22,6         | 106,6                         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  |           | 25       | 1,7               | 0,2         | 10,6         | 51,0                          |
|  |           |          | <b>28,7</b>       | <b>30,7</b> | <b>110,0</b> | <b>838,5</b>                  |
| <b>Полдник</b>                               |           |          |                   |             |              |                               |
| КЕФИР  |           | 200      | 5,8               | 5,1         | 8,0          | 106,0                         |
| ПЕЧЕНЬЕ                                      |           | 30       | 2,3               | 2,9         | 22,3         | 125,1                         |
|  |           |          | <b>8,1</b>        | <b>8,0</b>  | <b>30,3</b>  | <b>131,1</b>                  |
| <b>Ужин</b>                                  |           |          |                   |             |              |                               |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                |           | 40       | 5,4               | 4,9         | 0,3          | 66,6                          |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                                 |           | 190      | 4,4               | 5,4         | 25,6         | 170,7                         |
| ЧАЙ  |           | 200/10   | 0,3               |             | 7,6          | 32,3                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  |           | 25       | 1,7               | 0,2         | 10,6         | 51,0                          |
|  |           |          | <b>11,8</b>       | <b>10,5</b> | <b>44,1</b>  | <b>320,6</b>                  |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>                        |           |          | <b>66,7</b>       | <b>74,0</b> | <b>258,7</b> | <b>1 887,6</b>                |
| <b>СТОИМОСТЬ148</b>                          |           |          |                   |             |              |                               |

