

МЕНЮ на 07.04.22 г.
Сад 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		200	7,5	9,3	29,9	233,8
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,6	4,8	13,8	117,4
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			14,9	18,6	60,9	471,9
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 ЛУКА		50	0,6	2,1	3,7	36,3
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ НА МК		200/11	8,3	11,4	18,2	203,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	4,0	4,4	27,7	166,4
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА		70	8,2	8,3	3,6	121,7
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,2	0,1	15,1	62,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			26,0	26,8	99,4	737,6
Полдник						
ЧАЙ		200	0,3		9,3	38,4
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			2,6	2,9	31,6	163,5
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		220	24,8	17,3	7,7	287,2
ОТВАР ШИПОВНИКА		200	0,2		8,3	34,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
			27,0	17,6	28,7	383,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,0	66,0	230,7	1 799,3
Стоимость дня: 158 рублей						