

МЕНЮ на 12.04.22 г.

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180		5,6	8,1	23,9	192,8
КАКАО С МОЛОКОМ	160		3,1	3,3	9,6	81,1
БАТОН	20		1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
			<b>10,3</b>	<b>15,7</b>	<b>43,3</b>	<b>358,9</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>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕНОГО ОГУРЦА И ЗЕЛЕННОГО ЛУКА	30		0,3	0,6	0,9	10,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9		6,9	8,4	20,1	188,7
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ ПОДЛИВА МЯСНАЯ	11060		3,6/8,7	3,9/8,4	16,5/4,3	114,9/127,8
КОМПОТ ИЗ СВ ЯБЛОК, ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	150		0,3		10,1	42,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>23,4</b>	<b>21,7</b>	<b>75,5</b>	<b>595,7</b>
<b>Полдник</b>						
РЯЖЕНКА	170		4,8	4,2	6,9	89,0
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30		2,4	0,3	14,4	69,2
			<b>7,2</b>	<b>4,5</b>	<b>21,3</b>	<b>158,2</b>
<b>Ужин</b>						
СУФЛЕ РЫБНОЕ, СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	170/30		20,6/0,8	7,8/1,9	1/4,1	158,7/37,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ОТВАР ШИПОВНИКА 160			<b>22,9</b>	<b>10,0</b>	<b>21,8</b>	<b>275,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>64,3</b>	<b>52,0</b>	<b>172,0</b>	<b>1 431,2</b>
<b>Стоимость дня: 145 рублей</b>						

