

**МЕНЮ 07.04.22**

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ		170	6,7	9,1	25,2	210,1
КАКАО С МОЛОКОМ		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
			<b>12,5</b>	<b>17,1</b>	<b>49,9</b>	<b>405,8</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 ЛУКА		30	0,5	1,7	2,9	29,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/КСО СМЕТАНОЙ		160/9	5,4	6,9	11,6	124,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	4,0	4,4	27,7	166,4
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА		60	7,4	7,2	3,6	109,55
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"		150	0,2	0,1	15,1	62,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>20,9</b>	<b>20,3</b>	<b>82,3</b>	<b>590,05</b>
<b>Полдник</b>						
ЧАЙ		180	0,3		9,3	38,4
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			<b>1,8</b>	<b>2,0</b>	<b>24,2</b>	<b>121,8</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		200	21,8	12,4	5,6	221,6
ОТВАР ШИПОВНИКА		180	0,2		8,2	34,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>23,3</b>	<b>12,6</b>	<b>22,3</b>	<b>296,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>59,0</b>	<b>52,1</b>	<b>188,8</b>	<b>1457,15</b>
<b>Стоимость дня: 140</b>						