

меню от 06.03.2024

ясли  
День4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная со сл.масл..		170				
.Какао на молоке		160	5,8	7,6	21,5	178,1
		180	3,9	4,1	12,8	103,8
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		5,0		44,9
			11,7	17,0	46,6	386,3
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
<b>Обед</b>						
Салат свеколка		30	1,0	4,5	3,9	59,5
Суп баварский со сметаной на кур.б-не		160	9,3	7,9	21,8	197,5
Плов с мясом кур		160	19,0	21,0	11,9	314,0
Компот из кураги		160			8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	3,3	0,4	21,2	102,0
			35,7	36,8	86,5	826,2
<b>Полдник</b>						
Вафля		24	6,0	5,3	19,4	150,4
Кефир		180	4,0	3,3	9,5	84,7
			10,0	8,6	28,9	235,1
<b>Ужин</b>						
Рыба запеченная под омлетом		180	4,2	9,3	21,9	187,9
Соус томатный		20	0,3	0,9	1,2	16,4
Чай с лимоном		180			15,8	63,5
Хлеб ржаной 25			4,5	10,2	38,9	267,8
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>62,4</b>	<b>72,7</b>	<b>211,0</b>	<b>1 758,4</b>