

МЕНЮНА 02.11.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧКОЙ		170	5,8	8,4	18,3	173,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		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
			11,6	16,4	43,0	368,8
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 МОРКОВИ		30	0,3	1,3	0,7	16,2
СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/9	7,7	9,4	22,1	206,4
СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА С КУРОЙ		160	1,8/13,4	5,4/14,87	10,6/0,37	98,4/188,9
КОМПОТ ИЗ С/ФВИТАМИНОМ "С"		150	0,1	0,1	11,0	44,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,РЖАНОЙ		30	4,9	0,6	32,1	152,6
			28,2	31,67	76,87	707,2
Полдник						
БАТОН С СЫРОМ		30/9,7	2,4/1,94	0,3/0,21	14,7	71,4/31,1
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		5,4	22,5
			4,64	0,51	20,1	125,0
Ужин						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	7,1	9,1	1,4	116,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	5,31	5,85	8,64	109,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,91	0,16	12,58	59,1
			14,32	15,11	22,62	285,08
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ	143		59,26	63,79	172,69	1529,08

