

МЕНЮ НА 05.08.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 16

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------------|-------------|-------------------|-------------|----------------|-------------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | | 8,1 | 10,2 | 32,6 | 255,3 |
| КАКАО НА МОЛОКЕ | 180 | | 4,4 | 4,6 | 13,4 | 112,8 |
| БАТОН | 33 | | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 59,5 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | | 4,1 | | 37,4 |
| | | | 14,5 | 19,2 | 58,3 | 465,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ | 100 | | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,0 |
| | | | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,0 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ "ЗИМНИЙ" | 50 | | 1,1 | 2,9 | 6,8 | 58,4 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | | 12,9 | 10,4 | 26,2 | 250,8 |
| КУЛЕБЯКА С КУРОЙ | 200 | | 18,6 | 20,6 | 42,8 | 431,8 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С" | 180 | | 0,1 | 0,1 | 12,3 | 50,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | | 2,6 | 2,9 | 17,0 | 81,6 |
| | | | 37,1 | 37,0 | 116,0 | 932,5 |
| Полдник | | | | | | |
| КИСЕЛЬ | 200 | | | | 17,1 | 68,7 |
| БАТОН | 40 | | 3,2 | 0,4 | 19,1 | 95,2 |
| | | | 3,2 | 0,4 | 36,2 | 163,9 |
| Полдник | | | | | | |
| ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ СМЕТАННАЯ ПОДЛИВА | 130/20 | | 4,3 | 10,3 | 18,0 | 188,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | | 4,2 | 4,4 | 14,3 | 113,7 |
| | | | | | | |
| | | | 8,5 | 14,7 | 32,3 | 301,7 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:140 | | | 63,8 | 71,4 | 252,9 | 1 906,1 |