

МЕНЮ НА 08.08.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	190		6,8	8,2	29,3	219,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,1	4,3	11,9	103,1
БАТОН	35		2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
			13,7	17,0	58,4	442,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	30		0,6	1,5	1,3	20,6
СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11		9,1	11,2	16,3	206,3
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200		10,6	11,5	9,9	187,3
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,5		14,2	59,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
			26,4	24,8	78,0	646,2
Полдник						
КЕФИР	185		4,8	5,2	26,9	175,4
БАТОН	32		2,3	2,9	22,3	125,1
			7,1	8,1	49,2	300,5
Ужин						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170		20,6	7,8	1,0	158,7
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50		0,7	1,9	3,2	33,1
ОТВАР ШИПОВНИКА	200		0,2	0,1	9,6	43,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0

	23,2	10,0	24,4	286,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 157	70,9	60,0	220,1	1 719,0