

МЕНЮ НА 10.08.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		170	4,3	6,6	26,1	181,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,3	3,4	10,8	87,7
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ).		5		4,1		37,4
			9,2	14,3	46,7	353,7
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		108	0,5	0,1	10,9	46,4
			0,5	0,1	10,9	46,4
Обед						
САЛАТ ИЗ СВ.ОГУРЦОВ		30	0,3	1,7	1,3	21,9
СУП ХАРЧО НА М/К БУЛЬ. СО СМЕТ		170/9	6,6	9,0	21,4	197,3
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ. СОУС ТОМАТНЫЙ		130/30	13,2	15,4	26,1	297,7
КОМПОТ ИЗ СВ.ЯБЛОК И ВИШНИ		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			23,7	26,5	79,2	655,8
Полдник						
ОТВАР ШИПОВНИКА		180	0,1		6,3	27,6
БАТОН С СЫРОМ		20/12	4,0	3,32	9,8	86,1
			4,1	3,32	16,1	113,7
Ужин						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4,3	3,9	0,2	53,4
РАГУ ОВОЩНОЕ		180	3,3	8,2	20,6	170,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0,3		7,5	31,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			9,2	12,3	36,8	296,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 146			46,7	56,5	189,7	1466,1

