

МЕНЮ НА 10.11.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		170	6,1	8,4	24,2	198,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ		160	2,8	2,8	9,5	74,9
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>11,3</b>	<b>15,6</b>	<b>48,4</b>	<b>382,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		30	0,7	1,2	5,8	37,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ		160/9	7,3	8,1	17,0	167,4
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С МЯСОМ		160	11,7	11,7	31,2	277,2
КОМПОТ ИЗС/Ф С АСКОР К-ТОЙ		150	0,2	0,1	9,0	37,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>23,5</b>	<b>21,5</b>	<b>86,6</b>	<b>630,86</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО		180	5,3	5,85	8,64	109,98
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			<b>6,8</b>	<b>7,85</b>	<b>23,54</b>	<b>193,38</b>
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		190	17,76	5,79	7,41	153,42
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		5,4	22,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>19,36</b>	<b>5,99</b>	<b>21,31</b>	<b>216,72</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ145</b>			<b>61,46</b>	<b>51,04</b>	<b>189,95</b>	<b>1466,06</b>

