

МЕНЮ НА 11.09.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 13

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | | 170 | 6,4 | 8,5 | 21,0 | 187,8 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | 160 | 3,3 | 3,4 | 10,8 | 87,4 |
| БАТОН | | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71,4 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | | 4,1 | | 37,4 |
| | | | | | | |
| | | | 12,1 | 16,3 | 46,5 | 384,0 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЯБЛОКО | | 139 | 0,5 | 0,6 | 13,6 | 65,3 |
| | | | 0,5 | 0,6 | 13,6 | 65,3 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА | | 30 | 0,9 | 1,1 | 10,1 | 43,0 |
| СУП ПО- ПОЛЬСКИ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | 160/9 | 11,8 | 13,7 | 17,1 | 241,6 |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | | 120 | 1,7 | 4,3 | 2,5 | 30,4 |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ | | 60 | 12,0 | 10,4 | 6,9 | 169,5 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | | 150 | 0,0 | 0,0 | 6,8 | 27,1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| | | | 31,3 | 30,1 | 75,5 | 664,2 |
| Ужин | | | | | | |
| КЕФИР | | 180 | 5,1 | 4,5 | 7,2 | 95,4 |
| ВАФЛЯ | | 30 | 0,8 | 1,0 | 23,2 | 106 |
| | | | 5,9 | 5,5 | 30,4 | 201,4 |
| Ужин | | | | | | |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | | 120 | 4,1 | 7,9 | 24,9 | 186,6 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | | 180 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 48,4 |
| | | | | | | |

| | | | | |
|-------------------------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| | 4,3 | 8,0 | 35,0 | 235,0 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 143 | 54,1 | 60,5 | 201,0 | 1549,9 |