

**МЕНЮ НА 12.10.22**

Если 12 часов

**ДЕНЬ 11**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША 3 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ		170	6,6	9,0	25,0	206,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		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
			<b>12,3</b>	<b>16,8</b>	<b>50,5</b>	<b>402,4</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 ЛУКОВЫЙ		30	0,3	1,7	1,3	21,9
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/5	7,5	8,7	18,3	183,2
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)СОУС ТОМАТНО- ОВОЩНОЙ		130/30	15,6/07	17,3/1,9	5,8/4,3	242,7/38,6
КОМПОТ ИЗ СВ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"		150			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
			<b>29,2</b>	<b>30,2</b>	<b>70,2</b>	<b>673,3</b>
<b>Полдник</b>						
ЧАЙ		180			9,3	38,4
БАТОН ССЫРОМ		20	1,5/1,8	2,0/2,3	12,8	51,6/28,9
			<b>3,3</b>	<b>4,3</b>	<b>22,1</b>	<b>118,9</b>
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		100	1,6	3,1	9,2	75,4
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ,		130	3,9	6,9	18,3	150,8
КИСЕЛЬ		160			9,1	36,3
			<b>5,5</b>	<b>10,0</b>	<b>36,6</b>	<b>262,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ143</b>			<b>50,8</b>	<b>61,4</b>	<b>189,5</b>	<b>1500,1</b>