

МЕНЮ НА 13.03.23

Сад 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		190	8,5	9,6	29,6	238,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,2	4,4	14,3	113,7
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			15,5	18,5	61,1	473,2
II Завтрак						
ЯБЛОКО		110	0,5	0,5	10,8	47,0
			0,5	0,5	10,8	47,0
Обед						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА		50	1,2	1,7	2,5	30,4
СУП ПО- ПОЛЬСКИ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/11	13,0	15,3	21,1	279,4
ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ		160	15,3	13,2	29,4	297,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,3	20,1	94,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		37	2,4	0,4	15,7	75,5
			34,9	30,9	96,6	808,5
Полдник						
СНЕЖОК		200	5,4	4,9	17,7	136,7
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			7,7	7,8	40,0	261,8
Ужин						
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		130	4,5	8,6	26,1	199,0
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,2	0,1	10,1	46,4
			4,7	8,7	36,2	245,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 147			63,3	66,4	244,7	1 835,9