

МЕНЮ НА 13.05.22-САД

Сад 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧКОЙ		190	6,7	8,9	21,6	194,2
КАКАО НА МОЛОКЕ		180	4,1	4,3	11,9	103,1
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			13,6	17,7	50,7	418,0
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Полдник						
ОГУРЕЦ ПОРЦ		28	0,3	0,6	0,9	10,4
СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,9	10,8	27,9	248,7
СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА		150	2,1	5,4	12,6	107,8
ЕЖИКИ КУРИНЫЕ		70	13,4	11,7	9,9	199,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, ржаной		45	6,7	0,7	43,8	207,6
			31,4	29,2	103,8	808,4
Ужин						
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,8	2,8	9,5	74,9
БАТОН С ПОВИДЛОМ		25/22	1,4	1,8	13,4	75,1
			4,2	4,6	22,9	150,0
Итого за день						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		225	20,8	6,2	7,2	168,1
ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ						
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,3		9,3	38,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			22,8	6,4	27,1	257,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			72,5	58,0	214,6	1 676,9
СТОИМОСТЬ 156						