

МЕНЮ НА 14.03.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"		190	6,3	8,6	28,7	218,5
КАКАО НА МОЛОКЕ		190	4,3	4,5	12,0	106,5
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			12,6	17,5	53,0	421,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		101	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ		50	0,4	2,2	0,9	26,7
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,8	10,6	24,6	235,6
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫП.С ПОДЛИВОЙ МЯСНОЙ		130/70	5,4/8,2	4,7/8,3	24,6/3,6	162,1/121,7
КОМПОТ ИЗ с/ф ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			26,0	26,2	83,4	680,9
Полдник						
СНЕЖОК		200	5,4	4,8	17,6	136,6
БАТОН		30.	2,4	0,3	14,7	71,4
			7,8	5,1	32,3	208,0
Ужин						
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		180	23,5	17,6	8,0	282,8
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ		50	0,7	1,9	3,2	33,1
ОТВАР ШИПОВНИКА		200	0,2	0,1	9,6	43,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			25,7	19,8	29,3	400,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:СТОИМОСТЬ150			72,6	68,7	208,1	1 754,1

