

МЕНЮ НА 14.03.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"		180	5,6	8,1	23,9	192,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,3	3,4	10,8	87,7
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>10,6</b>	<b>16,0</b>	<b>43,7</b>	<b>364,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		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 ИЗ СОЛЕННОГО ОГУРЦА И ЛУКА		30	0,3	1,3	0,7	16,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/9	6,8	8,3	19,0	183,5
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОЙ		110/60	3,6/8,7	3,9/8,4	16,5/4,3	114,9/127,8
КОМПОТ ИЗС/Ф С АСКОР К-ТОЙ		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>23,0</b>	<b>22,3</b>	<b>70,9</b>	<b>581,3</b>
<b>Полдник</b>						
СНЕЖОК		180	4,9	4,4	15,9	123,0
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6

		6,5	4,6	25,7	170,6
<b>Ужин</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ СОУС ТОМАТНЫЙ	170/30	20,6/0,8	7,8/1,9	1,0/4,1	158,7/37,2
ОТВАР ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,1		6,3	27,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ20		1,3	0,2	8,5	40,8
ВСЕГО		22,8	9,9	19,9	264,3
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ144</b>		<b>63,4</b>	<b>52,9</b>	<b>170,3</b>	<b>1423,9</b>