

МЕНЮ НА 14.09.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		190	7,6	9,0	31,5	238,1
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,4	4,6	13,4	112,8
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			14,8	18,1	62,1	471,6
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ			0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		50	0,9	2,9	5,8	54,1
СУП БАВАРСКИЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,7	13,7	22,1	235,1
ПЛОВ С МЯСОМ КУР		200	17,9	21,7	33,8	402,1
КОМПОТ ИЗ С/ФС ВИТАМИНОМ "С"		180			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			32,6	39,3	100,9	876,8
Полдник						
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			8,1	7,9	30,3	231,1
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ		180	23,8	8,7	2,3	183,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,8	3,2	4,0	48,5
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,3		8,6	36,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			26,6	12,1	25,5	318,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 148			82,6	77,5	229,8	1 945,0