

МЕНЮ НА 15.12.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	190		6,7	8,9	21,6	194,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180		3,9	4,1	12,8	103,8
БАТОН	35		2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
			13,4	17,1	51,6	418,7
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	50		0,5	2,6	2,1	34,2
СВЕКОЛЬНИК НА К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200		8,4	13,0	27,2	265,2
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200		18,7	20,0	31,7	382,4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180		0,2	0,1	15,1	62,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33		2,4	0,2	16,5	78,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			31,5	36,1	101,1	862,7
Полдник						
КИСЕЛЬ	200				15,4	61,9
БАТОН С СЫРОМ	09.фев		5,0	0,3	12,3	98,0
			5,0	4,1	27,7	159,9
Ужин						
ЯБЛОКО	200		0,8		19,6	94,0
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ			8,1	12,9	2,7	159,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,3		7,6	32,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ²⁵			9,2	12,9	29,9	285,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 149			59,6	70,3	220,4	1 770,0