

МЕНЮ НА 16.02.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 14

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
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,8	2,8	11,5	83,1
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			13,2	16,3	60,2	441,9
II Завтрак						
СНЕЖОК		73	2,0	1,8	6,5	49,8
			2,0	1,8	6,5	49,8
Обед						
САЛАТИЗ МОРКОВИ		50	0,6	1,9	3,1	33,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/КСО СМЕТАНОЙ		200/11	8,8	9,7	22,1	207,4
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С МЯСОМ		200	11,7	11,7	31,2	277,2
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК И ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,2	0,1	12,7	52,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			26,4	23,9	102,3	728,2
Полдник						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		200	4,7	4,9	15,8	126,3
БАТОН С СЫРОМ		26/15	2,08/3,0	0,26/3,9	12,7	61,88/48,1
			9,8	9,1	28,5	236,3
Ужин						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		225	20,8	6,2	7,2	168,1
ОТВАР ШИПОВНИКА		180	0,2	0,1	10,1	46,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			22,7	6,5	27,9	265,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 155			74,1	57,6	225,4	1 721,7