

МЕНЮ НА 16.05.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯМОЛОЧНАЯ	170		6,1	8,4	24,2	198,4
БАТОН	30		2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160		3,3	3,4	10,8	87,4
			11,8	16,2	49,7	394,6
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	10,0	43,0
			0,5	0,1	10,0	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВ ОГУРЦОВ	30		0,3	1,7	1,3	21,9
СУП БАВАРСКИЙ НА МКСО СМЕТАНОЙ	160		7,5	11,7	18,5	196,7
ПЛОВ С МЯСОМ	160		10,0	12,2	26,4	256,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	150		0,4		13,4	55,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,6	0,2	8,5	40,8
			22,1	26,0	83,2	642,0
Полдник						
СНЕЖОК	180		4,9	4,4	15,9	123,0
ВАФЛЯ	20		0,7	0,8	18,6	85,0
			5,6	5,2	34,5	208,0
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180		26,8	9,9	5,0	215,0
СОУС ТОМАТНЫЙ	30		0,8	1,9	4,1	37,2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,3	0	7,5	31,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ20			1,3	0,2	8,5	40,8
			29,2	12,0	25,1	324,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ149			69,2	59,5	202,5	1612,4