

## МЕНЮ НА 20.03.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190		7,6	9,0	31,5	238,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180		4,1	4,3	12,9	107,0
БАТОН	35		2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
			<b>14,5</b>	<b>17,8</b>	<b>61,6</b>	<b>465,8</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	150		0,6	0,1	12,0	51,1
			<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,0</b>	<b>51,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50		1,0	2,0	8,9	58,7
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТ	200/11		8,7	13,7	22,1	235,1
ПЛОВ С МЯСОМ	200		17,9	21,7	33,8	402,1
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180		0,2	0,1	15,1	62,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>32,9</b>	<b>38,0</b>	<b>113,1</b>	<b>915,6</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР	200		5,6	4,9	7,8	102,8
ПЕЧЕНЬЕ	30.		2,3	3,0	22,4	125,1
			<b>7,9</b>	<b>7,9</b>	<b>30,2</b>	<b>227,9</b>
<b>Ужин</b>						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ, СОУС СМЕТАНН.	130/70		3,5/0,3	6,7/0,9	11,6/1,2	121,4/16,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,3		7,6	32,3
БАТОН	25		2,0	0,3	12,3	59,5
			<b>6,1</b>	<b>7,9</b>	<b>32,7</b>	<b>229,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 156</b>			<b>54,1</b>	<b>71,7</b>	<b>249,6</b>	<b>1 889,9</b>