

МЕНЮ НА 20.04.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | | 190 | 6,3 | 8,6 | 28,7 | 218,5 |
| КАКАО НА МОЛОКЕ | | 190 | 4,3 | 4,5 | 12,0 | 106,5 |
| БАТОН | | 25 | 2,0 | 0,3 | 12,3 | 59,5 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | | 4,1 | | 37,4 |
| | | | 12,6 | 17,5 | 53,0 | 421,9 |
| II Завтрак | | | | | | |
| ЯБЛОКО | | 100 | 0,38 | 0,38 | 9,76 | 78,8 |
| | | | 0,38 | 0,38 | 9,76 | 78,8 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ | | 50 | 0,4 | 2,2 | 0,9 | 26,7 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | 200/11 | 8,8 | 10,6 | 24,6 | 235,6 |
| ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫП.С ПОДЛИВОЙ МЯСНОЙ | | 130/70 | 5,4/8,2 | 4,7/8,3 | 24,6/3,6 | 162,1/121,7 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ВИТАМИНОМ "С" | | 180 | 0,2 | | 16,4 | 67,1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59,2 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| | | | 26,2 | 26,2 | 91,1 | 713,2 |
| Полдник | | | | | | |
| МОЛОКО | | 200 | 5,9 | 6,5 | 9,6 | 122,2 |
| ПРЯНИК | | 30. | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| | | | 7,7 | 7,9 | 32,1 | 232,0 |
| Ужин | | | | | | |

| | | | | | |
|-------------------------------------|-----|--------------|--------------|---------------|---------------|
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 180 | 23,5 | 17,6 | 8,0 | 282,8 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 50 | 0,7 | 1,9 | 3,2 | 33,1 |
| ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,6 | 43,6 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,7 | 0,2 | 10,6 | 51,0 |
| | | 26,1 | 19,8 | 31,4 | 410,5 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 156 | | 72,98 | 71,78 | 217,36 | 1856,4 |