

## МЕНЮ НА 20.06.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША КУКУРУЗНАЯ		190	8,1	11,3	29,1	250,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,2	4,4	13,3	109,8
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		12	2,4	3,1		38,5
			<b>17,5</b>	<b>24,2</b>	<b>59,6</b>	<b>526,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		50	0,9	2,9	5,8	54,1
СУП ХАРЧО НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,7	11,3	28,4	255,3
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ		150	13,4	14,1	30,8	304,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,6	1,9	3,1	32,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		180			8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>28,7</b>	<b>30,7</b>	<b>110,0</b>	<b>838,5</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР		200	5,8	5,1	8,0	106,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>8,1</b>	<b>8,0</b>	<b>30,3</b>	<b>131,1</b>
<b>Ужин</b>						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	5,4	4,9	0,3	66,6
РАГУ ОВОЩНОЕ		190	4,4	5,4	25,6	170,7
ЧАЙ		200/10	0,3		7,6	32,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>11,8</b>	<b>10,5</b>	<b>44,1</b>	<b>320,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,1</b>	<b>73,5</b>	<b>254,1</b>	<b>1 860,1</b>
<b>СТОИМОСТЬ139</b>						