

МЕНЮ НА 20.06.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША КУКУРУЗНАЯ		170	6,4	9,3	22,3	199,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	3,6	3,7	11,2	93,2
БАТОН		20	1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6		5,0		44,9
		9	1,8	2,3		28,9
			13,4	20,5	43,3	413,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ		30	0,6	1,5	2,5	25,4
СУП ХАРЧО НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		170/9	6,6	9,0	21,4	197,3
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ		130	12,2	13,8	21,3	259,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ «С»		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			24,0	26,3	80,4	659,3
Полдник						
КЕФИР		180	5,18	4,55	7,2	95,4
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			6,68	6,55	22,1	178,8
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	4,3	3,9	0,2	53,4
РАГУ ОВОЩНОЕ		160	3,3	8,2	20,6	170,5
ЧАЙ С САХАРОМ		180/10	0,3		7,5	31,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			9,2	12,3	36,8	296,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53,78	65,75	192,4	1590,5
СТОИМОСТЬ139						