

## МЕНЮ НА 21.02.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА		160	3,9	7,2	16,3	144,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		200	3,9	4,1	13,8	107,7
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>10,6</b>	<b>15,8</b>	<b>47,3</b>	<b>372,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕНОГО ОГУРЦА		50	0,3	0,0	0,7	5,2
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		180/11	8,1	12,6	19,9	211,8
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		170	24,8	9,4	14,6	269,2
СОУС ТОМАТНЫЙ		30	0,5	2,9	2,9	40,3
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"		180		0,1	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
			<b>37,4</b>	<b>25,7</b>	<b>90,6</b>	<b>769,9</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР		180	5,2	4,5	7,2	95,4
ВАФЛЯ		20	0,7	0,8	18,6	85,0
			<b>5,9</b>	<b>5,3</b>	<b>25,8</b>	<b>180,4</b>
<b>Ужин</b>						
ХАЧАПУРИ		130	14,9	17,5	43,4	391,9
КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ		200			15,8	63,5
			<b>14,9</b>	<b>17,5</b>	<b>59,2</b>	<b>455,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 159</b>			<b>69,3</b>	<b>64,3</b>	<b>222,9</b>	<b>1 778,6</b>