

МЕНЮ НА 21.07.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		170	6,4	8,5	22,3	192,0
КАКАО НА МОЛОКЕ		160	3,4	3,6	10,0	86,9
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			12,2	16,5	47,0	387,7
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ «ЗИМНИЙ»		30	1,0	1,8	6,2	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		160	8,8	8,0	20,0	186,7
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ		160	17,1	19,1	38,5	392,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150			6,8	27,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
			29,5	29,4	88,5	733,8
Полдник						
ЧАЙ		180	0,3		5,4	22,5
БАТОН С СЫРОМ		30/13	5,0	3,65	14,7	113,1
			5,3	3,65	20,1	135,6
Ужин						
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ СМЕТАННАЯ ПОДЛИВА		110/15	4,6	9,18	16,84	175,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		160	3,3	3,4	10,8	87,4
		30	2,3	0,2	15,1	71,0
			10,2	12,78	42,74	333,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:143			57,7	62,43	208,44	1633,8