

МЕНЮ НА 22.07.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ		200	7,5	9,3	29,9	233,8
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,6	4,8	13,8	117,4
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			14,9	18,6	60,9	471,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
ОГУРЕЦ ПОРЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,4	2,2	0,9	26,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ НА МК		200/11	8,3	11,4	18,2	203,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	4,0	4,4	27,7	166,4
КУРИЦА ПОРЦ ИОННАЯ		65	13,4	14,9	0,4	188,9
КОМПОТ ИЗС/Ф С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,0	0,0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			30,8	33,4	87,0	767,9
Полдник						
ЧАЙ		200			17,1	68,7
БАТОН С ПОВИДЛОМ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			2,3	2,9	39,4	193,8
Ужин						
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ СО СЛ МАСЛОМ		200	7,4	9,2	35,0	254,6
КИСЕЛЬ		200			17,1	68,7
			7,4	9,2	52,1	323,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:140			55,9	64,2	249,5	1 799,9