

## МЕНЮ НА 26.07.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		190	7,6	9,0	31,5	238,1
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,4	4,6	13,4	112,8
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>14,8</b>	<b>18,1</b>	<b>62,1</b>	<b>471,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО		137	0,5	0,1	11,0	46,9
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>11,0</b>	<b>46,9</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		50	0,9	2,9	5,8	54,1
СУП БАВАРСКИЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,7	13,7	22,1	235,1
ПЛОВ С МЯСОМ КУР		200	17,9	21,7	33,8	402,1
КОМПОТ ИЗ С/ФС ВИТАМИНОМ "С"		180			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		45	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>32,6</b>	<b>39,3</b>	<b>100,9</b>	<b>876,8</b>
<b>Полдник</b>						
КЕФИР		200	5,8	5,0	8,0	106,0
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>8,1</b>	<b>7,9</b>	<b>30,3</b>	<b>231,1</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ		180	23,8	8,7	2,3	183,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		50	0,8	3,2	4,0	48,5
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,3		8,6	36,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>26,6</b>	<b>12,1</b>	<b>25,5</b>	<b>318,6</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>82,6</b>	<b>77,5</b>	<b>229,8</b>	<b>1 945,0</b>