

МЕНЮ НА 26.07.22

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		170	6,1	8,4	24,2	198,4
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,0	3,2	9,5	79,4
			11,5	16,0	48,4	386,6
II Завтрак						
ЯБЛОКО		137	05	0,1	13,4	64,3
			0,5	0,1	13,4	64,3
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ		30	0,6	1,5	2,5	25,4
СУП БАВАРСКИЙ НА МЯСО/К КУР Б УЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150	7,5	11,7	18,5	196,7
ПЛОВ С МЯСОМ КУР		160	13,8	16,3	29,3	319,3
КОМПОТ ИЗ С/Ф С ВИТАМИНОМ "С"		150	0,2	0,1	15,1	62,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,6	0,2	8,5	40,8
			26,0	30,8	89,9	715,3
Полдник						
КЕФИР		180	5,2	4,5	7,2	95,4
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			6,7	6,5	22,1	178,8
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ		180	23,8	8,7	2,3	183,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		20	0,5	1,3	2,8	24,4
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3		7,5	31,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			25,9	18,0	21,1	280,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:141			70,6	71,4	194,9	1625