

**МЕНЮ на 28.12.22**

**Ясли 12 часов**

**ДЕНЬ 14**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	170		6,1	8,4	24,2	198,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160		2,8	2,8	9,5	74,9
БАТОН	30		2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
			<b>11,3</b>	<b>15,6</b>	<b>48,4</b>	<b>382,1</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,5	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30		0,7	1,2	5,8	37,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9		7,3	8,1	17,0	167,4
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С МЯСОМ	160		11,7	11,7	31,2	277,2
КОМПОТ ИЗС/Ф С АСКОР К-ТОЙ	150		0,2	0,1	9,0	37,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>23,5</b>	<b>21,5</b>	<b>86,6</b>	<b>630,86</b>
<b>Полдник</b>						
ЧАЙ	180				15,4	61,9
БАТОН С СЫРОМ	25		1,6/2,0	0,2/0,3	9,8/14,7	47,6/71,4
			<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>39,9</b>	<b>180,9</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180		23,8	8,7	2,3	183,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,3		5,4	22,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>25,4</b>	<b>8,9</b>	<b>16,2</b>	<b>246,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 146</b>			<b>64,3</b>	<b>47</b>	<b>201,2</b>	<b>1483,16</b>

