

МЕНЮ НА 29.08.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170		4,3	6,6	26,1	181,0
КАКАО С МОЛОКОМ	160		3,4	3,6	10,0	86,9
БАТОН	20		1,6	0,2	9,8	47,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ).	5			4,3		37,4
			9,3	14,3	45,9	352,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	108		0,5	0,1	10,9	46,4
			0,5	0,1	10,9	46,4
Обед						
САЛАТ ИЗ СВ.ПОМИДОР	30		0,4	1,8	1,4	23,8
СУП ХАРЧО НА М/К БУЛЬ. СО СМЕТ	170/9		6,6	9,0	21,4	197,3
ОТВАРНЫЕ МАКАРОНЫ С ПЕЧЕЬЮ ПО СТРОГАНОВСКИ	110/75		14,5	11,3	25,8	280,1
КОМПОТ ИЗ СВ.ЯБЛОК И ВИШНИ	150				6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			25,1	22,5	79,0	640,1
Полдник						
ОТВАР ШИПОВНИКА	180		0,1		6,3	27,6
БАТОН С СЫРОМ	20/12		4,0	3,32	9,8	86,1
			4,1	3,32	16,1	113,7
Ужин						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		4,3	3,9	0,2	53,4
РАГУ ОВОЩНОЕ	180		3,3	8,2	20,6	170,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180		0,3		7,5	31,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			9,2	12,3	36,8	296,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ144			48,2	52,52	188,7	1449,6

