

## МЕНЮ НА 29.09.22

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
			<b>14,9</b>	<b>18,6</b>	<b>60,9</b>	<b>471,9</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ ПОРЦ		50	0,5	1,0	1,4	17,4
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
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА		70	8,2	8,3	3,6	121,7
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
			<b>25,7</b>	<b>25,6</b>	<b>90,7</b>	<b>691,4</b>
<b>Полдник</b>						
ЧАЙ С САХАРОМ		200	1,0	0,2	20,2	86,0
БАТОН С СЫРОМ		35/12	2,8/2,4	0,4/3,1	17,2/	83,3/38,5
			<b>6,2</b>	<b>3,7</b>	<b>37,4</b>	<b>207,8</b>
<b>Ужин</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	8,1	12,9	2,7	159,4
МОЛОКО		200	5,9	6,5	9,6	122,2
ХЛЕБПШЕНИЧНЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	82,8
			<b>16,7</b>	<b>19,6</b>	<b>29,9</b>	<b>364,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ</b>	<b>145</b>		<b>64,0</b>	<b>67,6</b>	<b>229,0</b>	<b>1 778,5</b>