

МЕНЮ НА 29.09.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		190	7,6	9,0	31,5	238,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,8	2,8	11,5	83,1
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО СЛ		5		4,1		37,4
			13,2	16,3	60,2	441,9
II Завтрак						
БАНАН		150	2,3	0,8	31,5	144,0
			2,3	0,8	31,5	144,0
Обед						
САЛАТ"СВЕКОЛКА"		50	1,0	2,0	8,9	58,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/КСО СМЕТАНОЙ		200	8,8	9,7	22,1	207,4
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С МЯСОМ		200	11,7	11,7	31,2	277,2
КОМПОТИЗ СВ ЯБЛОК И ИЗЮМА С ВИТ С		180	0,2	0,1	12,7	52,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,3	20,0	94,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			26,4	24,0	105,5	742,0
Полдник						
МОЛОКО		200	5,9	6,5	9,6	122,2
ПЕЧЕНЬЕ		30/0	2,3	2,9	22,3	125,1
			8,2	9,4	31,9	247,3
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ		180	20,8	6,2	7,2	168,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		200	0,3	0,0	8,6	30,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			22,8	6,4	26,4	249,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 154			72,9	56,9	255,5	1 825,0