

**МЕНЮ НА 3.03.23**

**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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170		4,3	6,6	26,1	18,0
КАКАО С МОЛОКОМ	160		3,4	3,6	10,0	86,9
БАТОН	30		2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
			<b>10,1</b>	<b>14,6</b>	<b>50,8</b>	<b>213,7</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	105		0,4	0,4	13,0	49,3
			<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>13,0</b>	<b>49,3</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СОЛ. ОГУРЦОВ	30		0,4	1,8	1,9	26,1
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 ИЗ С/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>23,2</b>	<b>22,1</b>	<b>82,7</b>	<b>619,82</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО	180		5,31	5,85	8,64	109,9
ПЕЧЕНЬЕ	20		1,5	2,0	14,9	83,4
			<b>6,81</b>	<b>7,85</b>	<b>23,54</b>	<b>193,3</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200		18,7	6,1	7,8	161,5
ЧАЙ С САХАРОМ	160		0,3		7,3	30,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			<b>20,3</b>	<b>6,3</b>	<b>23,65</b>	<b>232,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ</b>	<b>145</b>		<b>60,81</b>	<b>51,25</b>	<b>193,69</b>	<b>1308,62</b>

