

МЕНЮ НА 30.10.23

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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | | 170 | 6,4 | 9,3 | 22,3 | 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 |
| | | | 11,4 | 17,0 | 42,1 | 371,2 |
| 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.КАПУСТЫ | | 30 | 0,6 | 1,5 | 1,4 | 23,8 |
| СУП ХАРЧО НА М/К БУЛЬ. СО СМЕТ | | 170/9 | 6,6 | 9,0 | 21,4 | 197,3 |
| ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ | | 130/30 | 12,2 | 13,8 | 21,3 | 259,0 |
| КОМПОТ ИЗ С/Ф | | 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 |
| | | | 23,0 | 24,7 | 74,5 | 619,0 |
| Полдник | | | | | | |
| СНЕЖОК | | 180 | 4,7 | 4,2 | 15,0 | 116,2 |
| ПЕЧЕНЬЕ | | 20/ | 1,5 | 2,0 | 14,9 | 83,4 |
| | | | 6,2 | 6,2 | 29,9 | 199,6 |
| Ужин | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | | 40 | 4,3 | 3,9 | 0,2 | 53,4 |
| ОВОЩНОЕ РАГУ | | 160 | 3,3 | 8,2 | 20,6 | 170,5 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 180 | 0,3 | | 7,5 | 31,8 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 20 | 1,5, | 0,1 | 10,0 | 47,4 |

| | | | | |
|-----------------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| | 9,4 | 12,2 | 38,3 | 303,1 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 50,5 | 60,2 | 195,7 | 1539,3 |