

МЕНЮ НА 31.03.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	200		7,5	9,3	29,9	233,5
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
			14,9	18,6	60,9	471,6
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50		0,6	1,9	4,2	37,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ СО СМЕТАНОЙ НА М/К	180/11		7,5	10,3	16,3	183,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		4,0	4,4	27,7	166,4
КУРА ПОРЦИОННАЯ	65		13,4	11,7	9,9	199,1
КОМПОТ ИЗС/Ф С ВИТАМИНОМ "С"	180		0,0	0,0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33		2,4	0,2	16,5	78,0
			27,9	28,5	83,3	699,3
Полдник						
МОЛОКО	200		5,9	6,5	9,6	122,2
ВАФЛЯ	30		0,8	1,0	23,2	106,2
			6,7	7,5	32,8	228,4
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ	180		23,8	8,7	2,3	183,0
СОУС ТОМАТНЫЙ	50		0,8	3,2	4,0	48,5
ОТВАР ШИПОВНИКА	200		0,2	0,1	8,5	43,6

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ25	24,8	12,0	14,8	275,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ156	74,8	66,7	201,9	1717,4