

МЕНЮ НА 31.03.23

Ясли 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		170	6,7	9,1	25,2	210,1
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>12,5</b>	<b>17,1</b>	<b>49,9</b>	<b>405,8</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>						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		30	0,36	1,14	2,52	22,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФАСОЛЬЮ НА М/КСО СМЕТАНОЙ		160/9	5,4	6,9	11,6	124,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2,76	4,26	20,2	126,32
КУРА ПОРЦ		60	12,0	10,4	6,9	169,5
КОМПОТ ИЗ С/Ф С ВИТАМИНОМ "С"		150			6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
			<b>22,82</b>	<b>22,9</b>	<b>63,12</b>	<b>540,52</b>
<b>Ужин</b>						
МОЛОКО		180	5,31	5,85	8,64	109,9
ВАФЛЯ		20	0,5	0,6	15,46	70,8
			<b>5,81</b>	<b>6,46</b>	<b>24,1</b>	<b>180,7</b>
<b>Ужин</b>						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПО ПОЛЬСКИ		180	23,8	8,7	2,3	183,0
СОУС ТОМАТНЫЙ		20	0,5	1,3	2,8	24,4
ОТВАР ШИПОВНИКА		180	0,2	0,1	10,1	46,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			<b>24,5</b>	<b>10,1</b>	<b>15,2</b>	<b>254,01</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ</b>	<b>145</b>		<b>66,13</b>	<b>56,66</b>	<b>162,42</b>	<b>1424,01</b>