

МЕНЮ НА 4.10.23
Сад 12 часов
ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		190	7,5	8,5	29,5	224,6
КАКАО НА МОЛОКЕ		180	2,8	2,8	11,5	83,1
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			13,1	15,8	58,2	428,4
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		114	0,6	0,1	11,5	19,8
			0,6	0,1	11,5	19,8
Обед						
ОГУРЕЦ ПОРЦ. СОЛЕННЫЙ		50	0,5	1,0	1,4	17,4
СУП БАВАРСКИЙ НА М/К СО СМЕТ		180/11	7,8	12,3	19,9	211,5
ПЛОВ С МЯСОМ		200	11,4	13,0	37,0	310,5
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"		180	0,5		14,2	59,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			24,2	26,7	98,2	720,4
Полдник						
БИФИДОК		200	5,6	4,9	7,8	102,8
ВАФЛЯ		30.	0,8	1,0	23,2	106,2
			6,4	5,9	31,0	209,0
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		210	24,8	17,3	7,7	287,2
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,3		9,3	38,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			26,8	17,5	27,6	376,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ149			71,1	66,0	226,5	1 754,2