

Утверждаю  
РУКОВОДИТЕЛЬ СП  
ОРЛОВА СА

МЕНЮ НА 10.10.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

| Наименование блюда                 | Выход     |          | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                                    | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                     |           |          |                   |             |              |                               |
| ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА           |           | 150      | 2,8               | 6,5         | 12,7         | 120,6                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                   |           | 160      | 3,3               | 3,4         | 10,8         | 87,7                          |
| БАТОН                              |           | 25       | 2,0               | 0,3         | 12,3         | 59,5                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                   |           | 5        |                   | 4,1         |              | 37,4                          |
|                                    |           |          | <b>8,1</b>        | <b>14,3</b> | <b>35,8</b>  | <b>305,2</b>                  |
| <b>II Завтрак</b>                  |           |          |                   |             |              |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                      |           | 106      | 0,5               | 0,5         | 10,7         | 45,5                          |
|                                    |           |          | <b>0,5</b>        | <b>0,5</b>  | <b>10,7</b>  | <b>45,5</b>                   |
| <b>Обед</b>                        |           |          |                   |             |              |                               |
| САЛАТ ИЗ СВ ОГУРЦОВ                |           | 30       | 0,3               | 1,7         | 1,3          | 21,9                          |
| СУП ОВОЩНОЙ СБОРНЫЙ НА М/К СО СМЕТ |           | 150      | 7,1               | 11,8        | 18,2         | 190,7                         |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ        |           | 160      | 24,6              | 10,6        | 10,4         | 256,9                         |
| КОМПОТ ИЗ С/Ф                      |           | 150      |                   |             | 7,24         | 27,1                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     |           | 30       | 2,3               | 0,2         | 15,1         | 71,0                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                        |           | 40       | 2,6               | 0,4         | 17,0         | 81,6                          |
|                                    |           |          | <b>36,9</b>       | <b>24,7</b> | <b>69,34</b> | <b>653</b>                    |
| <b>Полдник</b>                     |           |          |                   |             |              |                               |
| ЧАЙ                                |           | 180      | 0,3               |             | 9,3          | 38,4                          |
| ВАФЛИ                              |           | 20       | 0,53              | 0,6         | 15,4         | 70,8                          |
|                                    |           |          | <b>0,56</b>       | <b>0,6</b>  | <b>24,7</b>  | <b>109,2</b>                  |
| <b>Ужин</b>                        |           |          |                   |             |              |                               |
| ЯБЛОКО                             |           | 120      | 0,5               | 0,5         | 11,8         | 56,4                          |
| ХАЧАПУРИ                           |           | 130      | 13,2              | 14,0        | 44,1         | 356,6                         |
| КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ 160               |           |          |                   |             | <b>8,7</b>   | <b>34,8</b>                   |

|                                   |              |             |              |               |
|-----------------------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:СТОИМОСТЬ142</b> | <b>59.76</b> | <b>55.0</b> | <b>205.1</b> | <b>1560.7</b> |
|-----------------------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|