

Утверждаю
РУКОВОДИТЕЛЬ СП ОРЛОВА
С.А.

МЕНЮ НА 12.07.024

САД 12 часов

ДЕНЬ 16

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		190	6,4	8,5	22,3	192,0
КАКАО НА МОЛОКЕ		200	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
			12,2	16,5	47,0	387,7
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		106	0,53	0,1	10,7	45,5
			0,53	0,1	10,7	45,5
Обед						
САЛАТ «ЗИМНИЙ»		50	1,0	1,8	6,2	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/К БУЛЬОНЕ		200	8,8	8,0	20,0	186,7
КУЛЕБЯКА С КУРОЙ		160	17,1	19,1	38,5	392,8
КОМПОТ ИЗС/Ф С АСКОР К-ТОЙ		150	0,1	0,1	11,0	44,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
			29,6	29,5	92,7	751,4
Полдник						
КЕФИР		180	5,2	4,5	7,2	95,4
СУХАРИК		20	2,4	0,3	14,4	69,2
			7,6	4,8	21,6	164,6
Ужин						
ЯБЛОКО		116	0,46	0,46	11,36	54,52
ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ		130	4,2	7,0	16,3	145,3
СОУС СМЕТАННЫЙ		30	0,3	0,6	1,4	13,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160		3,6	3,7	11,2	93,2
			8,56	11,76	40,26	306,92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:145РУБ			58,49	62,66	212,2 6	1780,22