

МЕНЮ НА 13.04.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190		7,6	9,0	31,5	238,1
ЧАЙ С МОЛОКОМ	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
			13,2	16,3	60,2	441,9
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	105		0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50		1,0	2,0	8,9	58,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/КСО СМЕТАНОЙ	200		8,8	9,7	22,1	207,4
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С МЯСОМ	200		11,7	11,7	31,2	277,2
КОМПОТИЗ СВ ЯБЛОК И ИЗЮМА С ВИТ С	180		0,2	0,1	12,7	52,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,3	20,0	94,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
			26,4	24,0	105,5	742,0
Полдник						
КЕФИР	200		5,6	4,9	7,8	102,8
ПРЯНИК			1,8	1,4	22,5	109,8
			7,4	6,3	30,3	212,6
Ужин						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	225		20,8	6,2	7,2	168,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200		0,1	0,0	7,2	31,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		1,7	0,2	10,6	51,0
			22,6	6,4	25,0	251,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 149			70,1	53,1	231,1	1 690,5