

МЕНЮ НА 13.04.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	170		6,1	8,4	24,2	198,4
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160		2,8	2,8	9,5	74,9
БАТОН	30		2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
			11,3	15,6	48,4	382,1
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100		0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
САЛАТ «СВЕКОЛКА»	30		0,7	1,2	5,8	37,1
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9		7,3	8,1	17,0	167,4
АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С МЯСОМ	160		11,7	11,7	31,2	277,2
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК И ИЗЮМА С АСКОР К-ТОЙ	150		0,2	0,1	9,0	37,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			23,5	21,5	86,6	630,8
Полдник						
КЕФИР	180		5,2	4,5	7,2	95,4
ПРЯНИК	20		1,2	0,9	15,0	73,2
			6,4	5,4	22,2	168,6
Ужин						
РЫБНАЯ КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200		18,7	6,1	7,8	161,5
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	160		0,1		7,2	31,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
			20,1	6,3	23,5	234,2

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:СТОИМОСТЬ145	61,8	48,9	190,8	1458,7
-----------------------------------	-------------	-------------	--------------	---------------