

МЕНЮ НА 15.08.23

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 СЛ | 5 | | | 4,1 | | 37,4 |
| | | | 13,2 | 16,3 | 60,2 | 441,9 |
| II Завтрак | | | | | | |
| БАНАН | 110 | | 1,7 | 0,6 | 23,1 | 105,6 |
| | | | 1,7 | 0,6 | 23,1 | 105,6 |
| 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 | | | | | | |
| КИСЕЛЬ | 180 | | | | 15,4 | 61,9 |
| БАТОН С СЫРОМ | 25/16 | | 5,2 | 4,3 | 12,3 | 110,8 |
| | | | 5,2 | 4,3 | 27,7 | 172,7 |
| 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 158 | | | 69,1 | 51,6 | 241,5 | 1 713,2 |