

МЕНЮ НА 20.09.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"		190	6,3	8,6	28,7	218,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	3,9	4,1	13,8	107,7
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			12,2	17,1	54,8	423,1
II Завтрак						
ЯБЛОКО		120	0,5	0,5	11,8	56,4
			0,5	0,5	11,8	56,4
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕН ПОРЦ		50	0,5	1,0	1,4	17,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200/11	8,8	10,6	24,6	235,6
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫП.С ГУЛЯШ		130/70	5,4/8,2	4,7/8,3	24,6/3,6	162,1/121,7
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0,5		13,6	57,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,9	0,2	12,5	59,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
			26,6	25,0	88,8	694,1
Полдник						
ВАРЕНЕЦ		200	5,8	5,0	8,4	108,0
ПЕЧЕНЬЕ		30/0	2,3	2,9	22,3	125,1
			8,1	7,9	30,9	233,1
Ужин						
СУФЛЕ РЫБНОЕ		180	23,5	17,6	8,0	282,8
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ		50	0,7	1,9	3,2	33,1
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ			0,3		7,6	32,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			26,2	19,7	29,4	399,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ	155		73,6	70,2	215,7	1 805,8

