

МЕНЮ НА 21.03.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 18

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170		7,1	9,1	1,4	116,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160		3,3	3,4	10,8	87,4
БАТОН	25		2,0	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) ,СЫР	5/9		1,0/1,8	4,1/1,8	0	37,4/28,9
			<b>15,2</b>	<b>18,7</b>	<b>24,5</b>	<b>329,2</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	140		0,5	0,5	13,7	65,8
			<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>13,7</b>	<b>65,8</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КАРТОФ.И СОЛЕН.ОГУРЦА	30		0,4	1,5	2,5	25,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	160/9		6,3	8,9	18,8	185,1
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С ГУЛЯШОМ ИЗ ПЕЧЕНИ	110/60		4,65/9,5	3,5/4,15	18,5/4,15	141/103,2
КОМПОТ ИЗ С/Ф АСКОРБИНОВОЙ К-	150				6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40		2,6	0,4	17,0	81,6
			<b>25,75</b>	<b>18,65</b>	<b>82,85</b>	<b>634,9</b>
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		1,9	0,18	18,1	77,4
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>4,2</b>	<b>3,08</b>	<b>40,4</b>	<b>202,5</b>
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	50		0,7	1,8	3,6	34,9
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖ. ТЕСТА С КАРТОФЕЛЕМ	130		9,0	11,1	57,0	364,6
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180		4,3	4,8	25,1	160,9
			<b>14,0</b>	<b>17,7</b>	<b>85,7</b>	<b>560,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ</b> 149			<b>59,65</b>	<b>58,63</b>	<b>247,15</b>	<b>1792,8</b>