

## МЕНЮ НА 21.03.23

Сад 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	130		8,1	12,9	2,7	159,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200		3,9	4,1	13,8	107,7
БАТОН	35		2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ),СЫР	5/9,9		1/1,98	4,1/2,55	0,0	37,4/31,76
			<b>17,8</b>	<b>24,1</b>	<b>33,7</b>	<b>419,6</b>
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	150		0,6	0,6	14,7	70,5
			<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>70,5</b>
<b>Обед</b>						
.САЛАТ ИЗ КАРТОФ.И СОЛЕН. ОГУРЦА	60		0,8	3,0	5,0	51,8
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/К СО СМЕТАНОЙ	180/11		7,7	10,2	21,5	213,7
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130		5,5	6,2	29,3	209,1
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	65		10,3	4,5	4,5	111,9
КОМПОТ ИЗС/Ф С АСКОР К-ТОЙ	180				8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,3	20,0	94,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,3	0,4	21,2	102,0
			<b>30,6</b>	<b>24,6</b>	<b>110,2</b>	<b>706,2</b>
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200		1,0	0,2	20,2	86,0
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,3	2,9	22,3	125,1
			<b>3,3</b>	<b>3,1</b>	<b>42,5</b>	<b>211,1</b>
<b>Ужин</b>						
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	50		0,7	1,8	3,6	34,9
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕИЗ ДРОЖ. Т. С КАРТОФЕЛЕМ	130		9,3	11,2	59,6	377,2
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180		4,3	4,8	25,1	160,9
			<b>14,3</b>	<b>17,8</b>	<b>88,3</b>	<b>573,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:СТОИМОСТЬ157</b>			<b>66,6</b>	<b>70,2</b>	<b>289,4</b>	<b>1 980,4</b>