

МЕНЮ на 22.09.23
Сад 12 часов
ДЕНЬ 4

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------------|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ | | 200 | 7,5 | 9,3 | 29,9 | 233,5 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 180 | 4,1 | 4,3 | 11,9 | 103,1 |
| БАТОН | | 35 | 2,8 | 0,4 | 17,2 | 83,3 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | | 4,1 | | 37,4 |
| | | | 14,4 | 18,1 | 59,0 | 457,3 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,0 |
| | | | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43,0 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ЛЕТНИЙ | | 50 | 0,5 | 2,4 | 2,2 | 33,6 |
| СВЕКОЛЬНИК НА К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | 200 | 8,4 | 13,0 | 27,2 | 265,2 |
| ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ | | 200 | 18,7 | 20,0 | 31,7 | 382,4 |
| | | | | | | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | 180 | 0,2 | 0,1 | 15,1 | 62,1 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 33 | 2,4 | 0,2 | 16,5 | 78,0 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| | | | 31,5 | 35,9 | 101,2 | 862,1 |
| Полдник | | | | | | |
| ЧАЙ | | 200 | | | | |
| БАТОН С ПОВИДЛОМ | | | 2,0 | 0,3 | 15,5 | 72,4 |
| | | | | | | |
| Ужин | | | | | | |
| СУП РЫБНЫЙ "УХА" | | 250 | 14,1 | 9,3 | 29,9 | 260,3 |
| | | | | | | |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | 200 | 0,3 | | 7,4 | 30,7 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ²⁵ | | | 14,4 | 9,3 | 37,3 | 291,0 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 149 | | | 62,8 | 63,7 | 223,1 | 1 725,8 |