

## МЕНЮ НА 23.03.23

Сад 12 часов

ДЕНЬ 14

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		190	5,5	8,4	32,1	226,7
КАКАО С МОЛОКОМ		180	4,1	4,3	12,9	107,0
БАТОН		35	2,8	0,4	17,2	83,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>12,4</b>	<b>17,2</b>	<b>62,2</b>	<b>454,4</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		105	0,5	0,1	10,1	43,0
			<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43,0</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕН ОГУРЦОВ		50	0,8	3,6	3,8	52,2
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
			<b>26,2</b>	<b>25,6</b>	<b>100,4</b>	<b>735,5</b>
<b>Полдник</b>						
МОЛОКО		200	5,9	6,5	9,6	122,2
БАТОН			2,8	0,4	17,2	83,3
			<b>8,7</b>	<b>6,9</b>	<b>26,8</b>	<b>205,5</b>
<b>Ужин</b>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ		225	20,8	6,2	7,2	168,1
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,3	0,0	9,3	38,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ		25	1,7	0,2	10,6	51,0
			<b>22,8</b>	<b>6,2</b>	<b>27,1</b>	<b>257,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 156</b>			<b>70,6</b>	<b>56,0</b>	<b>226,6</b>	<b>1 695,9</b>