

МЕНЮ НА 24.11.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 19

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ С ТВОРОГОМ	150		2,8	6,5	12,7	120,6
БАТОН	30		2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5			4,1		37,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160		3,3	3,4	10,8	87,7
			8,5	14,3	38,2	317,1
II Завтрак						
БАНАН	120		1,8	0,6	25,2	115,2
			1,8	0,6	25,2	115,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	30		0,3	1,9	1,4	24,9
СУП БАВАРСКИЙ НА МКСО СМЕТАНОЙ	160		7,5	11,7	18,5	196,7
ПЛОВ С МЯСОМ	160		10,0	12,2	26,4	256,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	150		0,4		13,4	55,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,6	0,2	8,5	40,8
			22,1	26,2	83,3	636
Полдник						
МОЛОКО	180		5,2	5,8	8,57	110
ВАФЛЯ	20		0,7	0,8	18,6	85,0
			5,9	6,6	27,17	195,0
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	200		23,8	12,4	2,3	183,0
СОУС ТОМАТНЫЙ	20		0,5	1,3	2,8	24,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,3		9,3	38,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20			1,3		8,5	40,8
			25,9	13,7	22,9	286,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 146			64,2	61,4	196,7	1549,9