

Утверждаю

РУКОВОДИТЕЛЬ СП  
ОРЛОВА С.А.

МЕНЮ НА 29.03.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

| Наименование блюда   | Выход     |          | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|  | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |           |          |                   |             |              |                               |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"                         |           | 180      | 5,6               | 8,1         | 23,9         | 192,8                         |
| КАКАО НА МОЛОКЕ  |           | 160      | 3,4               | 3,6         | 10,0         | 86,9                          |
| БАТОН  |           | 20       | 1,6               | 0,2         | 9,8          | 47,6                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)   |           | 5        |                   | 4,1         |              | 37,4                          |
|  |           |          | <b>10,6</b>       | <b>16,0</b> | <b>43,7</b>  | <b>364,7</b>                  |
| <b>II Завтрак</b>  |           |          |                   |             |              |                               |
| СОК ФРУКТОВЫЙ  |           | 100      | 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 СОЛЕНОГО ОГУРЦА И ЛУКА                                |           | 30       | 0,3               | 1,3         | 0,7          | 16,2                          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ |           | 160/9    | 6,8               | 8,3         | 19,0         | 183,5                         |
| ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ПОДЛИВОЙ                         |           | 110/60   | 3,6//8,7          | 3,9/8,4     | 16,5/4,3     | 114,9/127,8                   |
| КОМПОТ ИЗ С/ФС АСКОР К-ТОЙ                                     |           | 150      | 0,2               | 0,1         | 15,1         | 62,1                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   |           | 30       | 2,3               | 0,2         | 15,1         | 71,0                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  |           | 20       | 1,3               | 0,2         | 8,5          | 40,8                          |
|  |           |          | <b>23,2</b>       | <b>22,4</b> | <b>79,2</b>  | <b>616,3</b>                  |
| <b>Полдник</b>   |           |          |                   |             |              |                               |
| СНЕЖОК   |           | 190      | 4,9               | 4,4         | 15,9         | 123,0                         |
| БАТОН  |           | 20       | 1,6               | 0,2         | 9,8          | 47,6                          |
|  |           |          | <b>6,5</b>        | <b>4,6</b>  | <b>25,7</b>  | <b>170,6</b>                  |
| <b>Ужин</b>  |           |          |                   |             |              |                               |
| ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ  | 130       |          | 3,9               | 7,2         | 17,3         | 148,3                         |
| СОУС СМЕТАННЫЙ   |           | 50       | 0,3               | 0,9         | 1,2          | 16,4                          |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК160  |           |          | <b>3,6</b>        | <b>3,7</b>  | <b>11,2</b>  | <b>93,2</b>                   |
|  |           |          |                   |             |              |                               |
| ВСЕГО  |           |          | <b>7,8</b>        | <b>11,8</b> | <b>29,7</b>  | <b>257,9</b>                  |
| <b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ</b> 141                            |           |          | <b>48,6</b>       | <b>54,9</b> | <b>188,4</b> | <b>1452,5</b>                 |

