

МЕНЮ НА 28.09.22

Если 12 часов

ДЕНЬ 13

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ		170	6,4	8,5	21,0	187,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		160	2,9	3,0	10,2	80,0
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			<b>11,7</b>	<b>15,9</b>	<b>45,9</b>	<b>376,6</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 ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО		30	0,9	1,1	1,8	19,9
СУП ПО- ПОЛЬСКИ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/9	11,8	13,7	17,1	241,6
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		120	1,8	4,5	11,0	92,7
ПОРЦИОННАЯ КУРА		65	12,0	10,4	6,9	169,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"		150	0,0	0,0	6,8	27,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
			<b>31,4</b>	<b>30,3</b>	<b>75,7</b>	<b>703,4</b>
<b>Полдник</b>						
БИФИДОК		180	4,9	4,3	7,1	91,8
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
			<b>6,4</b>	<b>6,3</b>	<b>22,0</b>	<b>175,2</b>
<b>Ужин</b>						
ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		130	4,1	7,9	24,9	186,6
КИСЕЛЬ		180			15,4	61,9
			<b>4,1</b>	<b>7,9</b>	<b>48,2</b>	<b>248,5</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ</b> 143			<b>54,1</b>	<b>60,5</b>	<b>201,91</b>	<b>1546,7</b>

