

МЕНЮ на 24.03.23

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧКОЙ		170	5,8	8,4	18,3	173,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		160	3,4	3,6	10,0	86,9
БАТОН		30	2,4	0,3	14,7	71,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5		4,1		37,4
			11,6	16,4	43,0	368,8
II Завтрак						
ЯБЛОКО		150	0,6	0,6	14,7	70,5
			0,6	0,6	14,7	70,5
Обед						
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ		30	0,3		1,68	8,52
СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		160/9	7,7	9,4	22,1	206,4
СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА		120	1,8	5,4	10,6	98,4
ПОРЦИОННАЯ КУРА		65	13,4	14,8	0,4	188,9
КОМПОТ ИЗ С/Ф С ВИТАМИНОМ "С"		150	0,1	0,1	11,0	44,7
ХЛЕБ,РЖАНОЙ		40	2,6	0,4	17,0	81,6
			25,9	30,1	62,7	628,52
Полдник						
БАТОН С СЫРОМ		32	4,0	3,06	12,3	86,1
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК		180	0,1	0,1	11,0	44,7
			4,1	3,16	23,3	130,8
Ужин						
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА		50	0,8	2,4	2,3	34,6
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	7,1	9,16	1,4	116,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	4,1	4,3	12,9	107,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		42	3,17	0,27	21,0	98,9
			15,17	16,13	37,6	356,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: СТОИМОСТЬ 144			57,37	66,39	181,3	1555,12