

меню от 30.01.2024г
ясли
день2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ		170	5,8	7,6	21,5	178,1
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,9	4,1	12,8	103,8
БАТОН		25	2,0	0,3	12,3	59,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		6		5,0		44,9
			11,7	17,0	46,6	386,3
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ		100	0,5	0,1	10,1	43,0
			0,5	0,1	10,1	43,0
Обед						
Салат свеколка		30	1,0	4,5	3,9	59,5
Суп баварский на м.к с со сметаной		160	9,3	7,9	21,8	197,5
Плов с мясом		160	19,0	21,0	11,9	314,0
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"		150			8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0
			35,7	36,8	86,5	826,2
Полдник						
Ряженка		180	6,0	5,3	19,4	150,4
ВАФЛИ		16	4,0	3,3	9,5	84,7
			10,0	8,6	28,9	235,1
Ужин						
БАНАН СВЕЖИЙ		150	4,2	9,3	21,9	187,9
Рыба запеченная по польски		200	0,3	0,9	1,2	16,4
Чай с лимоном		180			15,8	63,5
Хлеб ржаной 20			4,5	10,2	38,9	267,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62,4	72,7	211,0	1 758,4

