

МЕНЮ

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ		200	7,2	7,8	28,2	212,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	4,5	3,7	17,0	119,3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30/5/12	4,8	8,2	15,4	155,7
			16,5	19,7	60,6	487,3
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		60	0,9	4,1	8,7	75,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		200	7,6	9,7	11,9	170,3
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		125	16,4	17,7	28,2	336,3
СОУС СМЕТАННЫЙ		50	0,4	1,1	1,6	20,5
КИСЕЛЬ		180			22,2	88,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ*		50	3,3	0,4	21,2	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	2,0	0,2	23,9	105,5
			30,6	33,2	117,7	899,2
Полдник						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		60	11,1	8,8	32,6	255,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2,9	2,4	9,9	73,3
			14,0	11,2	42,5	328,6
Ужин						
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ		70/40	10,8	3,6	11,9	123,0
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		150	4,0	3,2	14,9	106,6
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		170	0,9	0,2	16,8	73,1
ЯБЛОКО		175	0,6	0,6	15,1	72,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	2,0	0,2	23,9	105,5
			18,3	7,8	82,6	480,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			79,4	71,9	303,4	2 195,7

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ		150	6,5	7,2	22,9	182,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,9	3,2	14,9	103,9
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ		20/5/10	3,2	6,8	10,3	116,3
			13,6	17,2	48,1	402,5
Обед						
САЛАТ "СВЕКОЛКА"		40	0,7	3,0	7,3	60,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ		150	5,1	5,6	9,7	112,9
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	17,7	18,2	25,4	335,7
СОУС СМЕТАННЫЙ		30	0,3	0,6	1,5	14,5
КИСЕЛЬ		150			18,3	73,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ*		40	2,6	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4
			27,9	27,9	89,2	725,8
Полдник						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	9,2	7,6	29,1	222,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,9	2,4	9,9	73,4
			12,1	10,0	39,0	295,7
Ужин						
ТЕФТЕЛЯ РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ		60/30	14,4	3,6	10,6	132,5
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	3,3	3,1	11,2	87,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		170	0,9	0,2	16,8	73,1
ЯБЛОКО		170	0,6	0,6	14,7	70,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
			20,7	7,6	63,0	409,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			74,3	62,7	239,3	1 833,1