

МЕНЮ  
Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

| Наименование блюда                                     | Выход     |          | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------------------|-----------|----------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                        | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                |           |          |                   |         |             |                               |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                      | 120       |          | 7,8               | 8,4     | 2,2         | 132,0                         |
| ОВОЩИ, КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый)     | 30        |          | 0,9               | 1,1     | 1,5         | 19,0                          |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                      | 20        |          | 1,5               | 0,5     | 10,6        | 53,0                          |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                          | 180       |          | 2,1               | 1,7     | 11,5        | 70,0                          |
|                                                        |           |          | 12,3              | 11,7    | 25,8        | 274,0                         |
| II Завтрак                                             |           |          |                   |         |             |                               |
| РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%                                    | 150       |          | 4,4               | 3,8     | 6,3         | 77,0                          |
|                                                        |           |          | 4,4               | 3,8     | 6,3         | 77,0                          |
| Обед                                                   |           |          |                   |         |             |                               |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                               | 40        |          | 0,6               | 2,4     | 3,3         | 37,0                          |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 180       |          | 2,1               | 4,3     | 5,8         | 70,0                          |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)                    | 60        |          | 7,0               | 7,4     | 8,5         | 129,0                         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                             | 120       |          | 3,3               | 3,9     | 27,1        | 139,0                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                       | 20        |          | 1,3               | 0,2     | 9,3         | 44,0                          |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                      | 20        |          | 1,5               | 0,5     | 10,6        | 53,0                          |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ                                   | 150       |          | 0,2               | 0,0     | 9,6         | 39,0                          |
|                                                        |           |          | 16,0              | 18,7    | 74,2        | 511,0                         |
| Полдник                                                |           |          |                   |         |             |                               |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЁЖИКИ"                  | 60        |          | 5,1               | 5,5     | 8,5         | 99,0                          |
| ПУДИНГ ОВОЩНОЙ                                         | 120       |          | 2,2               | 5,3     | 11,1        | 93,0                          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                       | 20        |          | 1,3               | 0,2     | 9,3         | 44,0                          |
| КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ                                       | 180       |          | 1,0               | 0,1     | 24,5        | 102,0                         |
| ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ                               | 20        |          | 0,8               | 5,4     | 12,4        | 102,0                         |
|                                                        |           |          | 10,4              | 16,5    | 65,8        | 440,0                         |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                                         |           |          | 43,1              | 50,7    | 172,1       | 1 302,0                       |

Документ подписан Электронной подписью