

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180		4,0	6,0	22,9	165,0
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40		1,6	0,5	24,6	110,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,1	1,7	11,5	70,0
			7,7	8,2	59,0	345,0
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200		1,0	0,2	20,2	92,0
			1,0	0,2	20,2	92,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,8	3,1	5,2	52,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200		2,5	6,5	12,5	118,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75		8,3	7,2	6,6	127,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140		2,9	4,2	26,6	148,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,0	0,3	13,9	66,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,5	10,6	53,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180		0,1	0,1	9,7	40,0
			18,1	21,9	85,1	604,0
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		4,0	7,9	27,9	206,0
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	200		0,1	0,1	19,3	78,0
			4,1	8,0	47,2	284,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,9	38,3	211,5	1 325,0