

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180		14,1	12,6	3,3	201,0
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ)	20		0,6	0,7	1,0	13,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,5	10,6	53,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,4	1,9	14,8	86,0
			18,6	15,7	29,7	353,0
II Завтрак						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180		5,0	4,5	19,8	97,0
			5,0	4,5	19,8	97,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60		0,9	3,1	11,8	79,0
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200		3,5	4,3	7,7	83,0
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	70		7,0	3,3	6,1	85,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140		2,0	4,3	19,5	125,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,3	0,2	9,3	44,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,3	0,8	15,9	80,0
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	180		0,5	0,0	29,7	122,0
			17,5	16,0	100,0	618,0
Полдник						
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	70		6,6	8,7	6,4	127,0
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	140		2,8	8,3	23,8	182,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,3	0,2	9,3	44,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7		0,2	0,0	6,4	26,0
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50		4,6	3,8	20,5	134,0
			15,5	21,0	66,4	513,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,6	57,2	215,9	1 581,0