

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200		3,0	5,1	21,8	145,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35		5,0	5,0	10,6	107,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,2	2,5	15,6	98,0
			11,2	12,6	48,0	350,0
II Завтрак						
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180		5,2	4,5	7,6	92,0
			5,2	4,5	7,6	92,0
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60		0,5	3,0	4,7	48,0
СУП ОВОЩНОЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ И БРОККОЛИ (С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ)	200		3,7	5,0	7,5	89,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	200		10,9	9,9	24,3	232,0
СОУС СМЕТАННЫЙ	20		0,3	1,0	1,2	15,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		2,6	0,4	18,5	88,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,5	10,6	53,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180		0,6	0,0	15,2	63,0
			20,1	19,8	82,0	588,0
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		4,0	7,9	27,9	206,0
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200		0,3	0,2	11,9	51,0
			4,3	8,1	39,8	257,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,8	45,0	177,4	1 287,0