



МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,4	6,3	18,7	150
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	4,2	6,9	28,9	193
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	3,6	16,5	114
ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		0,1	1
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,3		41
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	10		9,7		87
Итого		12,8	14,1	50,4	384
Обед					
СУП СО СВЕЖЕЙ РЫБОЙ	200	9,1	4,5	15,7	139
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,4	2,5	10,8	72
КОТЛЕТЫ	80	12,9	29,8	12,2	368
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	11,3	26,5	0,5	286
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,2	4,7	18,7	130
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	130	2,1	4,7	17,1	119
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		14,3	59
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,5	18	88
БАТОН (аллергики)	40	3	1,2	20,2	105
Итого		28,4	39,5	78,9	784
Полдник					
КЕФИР	180	5,2	5,8	7,2	101
ЧАЙ (аллергики)	150			0,1	1
БАТОН (аллергики)	30	2,2	0,9	14,7	77
Итого		5,2	5,8	7,2	101
Ужин					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	220	25,9	28,5	4,6	379
ПЛОВ (аллергики)	230	15,6	35,5	39	538
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	30	0,4	0,9	2,1	17
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
Итого		28,7	30,3	22,2	477
Всего		75,1	89,7	158,7	1746

Медицинская сестра  Воронцова И.А.