



# МЕНЮ

13 декабря 2023 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,5	4,6	19,7	139
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,4	2,3	27,3	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,6	3,7	17,7	120
ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		0,1	1
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	10		9,7		87
Итого		10,5	17,5	52,7	413
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СО СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,1	16,3	130
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,4	2,5	10,8	72
КОТЛЕТЫ	90	13,7	32,2	13,6	400
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	15,7	36,7	0,4	395
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	3,7	4,8	16,2	125
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	170	3,3	7	26,7	183
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		23,8	42,6	78,4	802
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	180	5,2	5,8	7,2	101
БАТОН (аллергики)	30	2,2	0,9	14,7	77
ЧАЙ (аллергики)	150			0,1	1
Итого		5,2	5,8	7,2	101
<b>Ужин</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	230	7	6,4	26,4	192
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	11,3	10,4	51,1	343
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,6	3,3		41
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	75	16,9	39,3	0,4	423
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
Итого		12	10,6	41,9	314
Всего		51,5	76,5	180,2	1630

Медицинская сестра  Воронцова И.А.