

**МЕНЮ**  
14 мая 2024 г.  
сад12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	200	4,35	4,65	25,91	163,61
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	5,98	7,93	27,10	203,51
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,45	3,63	16,48	113,53
ЧАЙ (аллергики)	180	0,06	0,00	0,12	0,69
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,61	3,34	0,00	41,25
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	15	0,00	14,54	0,00	130,80
Итого		12,66	12,49	57,54	397,29
<b>Обед</b>					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,90	3,70	8,65	81,75
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200	1,38	3,08	6,78	60,86
КОТЛЕТЫ	70	10,70	25,04	10,57	310,99
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	11,44	26,46	0,45	285,92
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,47	5,77	20,38	147,79
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	180	2,98	3,50	24,29	140,88
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	30	0,38	0,86	2,12	16,96
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,25	0,04	14,37	59,29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,48	18,04	88,00
БАТОН (аллергики)	30	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		19,60	35,89	74,13	704,78
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	150	4,35	4,80	6,00	84,01
ЧАЙ (аллергики)	150	0,04	0,00	0,08	0,49
ПЕЧЕНЬЕ	56	4,20	5,49	41,66	233,52
БАТОН (аллергики)	40	2,91	1,13	19,59	102,04
Итого		8,55	10,29	47,66	317,53
<b>Ужин</b>					
ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	170	3,27	5,01	18,99	135,19
ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ (аллергики)	170	3,25	5,98	18,94	143,62
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	11,85	8,02	12,08	168,75
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	11,88	27,47	0,40	296,43
ЧАЙ	200	0,12	0,00	0,24	1,45
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
Итого		17,49	13,90	46,46	384,29
Всего		58,30	72,57	225,79	1 803,89

Медицинская сестра

Воронцова И.А.