

**МЕНЮ**

27 мая 2024 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	4,99	4,97	22,05	153,62
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,49	5,17	20,20	137,23
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,56	3,72	17,75	119,69
ЧАЙ (аллергики)	180	0,06	0,00	0,12	0,69
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	10	0,00	9,69	0,00	87,20
Итого		10,90	17,86	55,05	427,21
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ	200	5,79	2,49	19,50	123,89
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	16,76	41,73	4,80	462,20
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	80	9,56	22,89	4,36	261,87
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	5,16	38,81	216,44
РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,67	5,37	38,76	218,03
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,25	0,04	14,38	59,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,48	18,04	88,00
БАТОН (аллергики)	40	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		29,40	49,90	95,53	949,85
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	180	5,22	5,76	7,20	100,80
ЧАЙ (аллергики)	150	0,04	0,00	0,08	0,49
БАТОН (аллергики)	30	2,18	0,84	14,70	76,53
Итого		5,22	5,76	7,20	100,80
<b>Ужин</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,17	25,84	4,24	346,52
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	200	9,56	16,80	27,08	298,43
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬКИЙ ОТВАРНОЙ	40	1,20	0,08	2,52	15,52
ЧАЙ	180	0,12	0,00	0,24	1,45
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
Итого		27,74	26,79	22,15	442,39
Всего		73,26	100,31	179,93	1 920,25

Медицинская сестра

Воронцова И.А.