

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,14	6,19	21,38	162,32
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	3,14	0,82	14,23	76,79
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)	10	0,00	9,69	0,00	87,20
Итого		13,45	14,03	53,01	396,00
Обед					
СУП РЫБНЫЙ	200	8,76	0,51	10,90	83,34
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,37	2,59	10,66	71,65
ТЕФТЕЛИ	80	12,34	29,78	7,56	348,48
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	13,45	31,16	0,35	335,83
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,69	3,48	38,79	201,26
РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	200	4,89	9,70	51,68	313,55
СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	50	0,83	1,52	4,87	36,53
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)	40	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		28,77	35,81	94,53	816,90
Полдник					
КЕФИР	180	5,22	5,76	7,20	100,80
БАТОН (аллергики)	40	3,00	1,16	20,20	105,20
ЧАЙ (аллергики)	150	0,04	0,00	0,08	0,49
Итого		5,22	5,76	7,20	100,80
Ужин					
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	240	11,52	21,36	26,19	344,77
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ (аллергики)	240	9,80	19,58	19,91	296,92
ЧАЙ	200	0,12	0,00	0,24	1,45
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
Итого		13,89	22,23	41,58	425,12
Всего		61,33	77,83	196,32	1 738,82

Медицинская сестра

Воронцова И.А.