

МЕНЮ

30 ноября 2023 г.

сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200	3,9	4,3	16,6	122
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	5,8	8,1	26,6	202
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)	10	2,4	3		38
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	15		14,6		131
Итого		12,1	11,8	48,3	353
Обед					
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (КРЕСТЬЯНСКИЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	2,1	3,6	10	87
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ КРЕСТЬЯНСКИЙ (аллергики)	150	1,1	1,2	6,6	41
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	110	19,7	19,5	9,1	315
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	100	12	27,5	0,6	297
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	3,6	33,6	179
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	180	4	7,3	41,8	248
СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	50	0,9	1,6	4,9	37
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		29,1	28,8	89,9	765
Полдник					
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
Ужин					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	190	30,8	20,7	34,2	445
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	240	11,5	24,9	32,5	401
СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ (АБРИКОСОВЫЙ)	60	0,1		4,2	17
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
Итого		33,3	21,6	53,9	543
Всего		79,7	68	199,3	1762

Медицинская сестра

Воронцова И.А.