

# МЕНЮ

27 сентября 2023 г.

сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,6	5,5	17,8	140
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	1,4	4,1	16,2	107
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
<b>Итого</b>		<b>10,6</b>	<b>18,4</b>	<b>50,8</b>	<b>414</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,4	6,1	15,5	134
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	200	1,8	5,1	13,4	107
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	9	23,1	2,8	262
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	75	8,2	20	0,6	215
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	4,5	31,8	187
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	5,5	23,8	156
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		14,3	59
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,5	18	88
БАТОН (аллергики)	44	3	1,2	20,2	105
<b>Итого</b>		<b>19,5</b>	<b>34,2</b>	<b>82,4</b>	<b>730</b>
<b>Полдник</b>					
КЕФИР	180	5,2	5,8	7,2	101
БАТОН (аллергики)	30	2,2	0,9	14,7	77
ЧАЙ (аллергики)	100	0,1		0,1	1
<b>Итого</b>		<b>5,2</b>	<b>5,8</b>	<b>7,2</b>	<b>101</b>
<b>Ужин</b>					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	190	29,5	21,1	27,8	418
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	2,5	5,4	20,3	139
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	75	12,4	28,8	0,4	317
СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ (АБРИКОСОВЫЙ)	60	0,1		4,2	17
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
<b>Итого</b>		<b>32</b>	<b>22</b>	<b>47,5</b>	<b>516</b>
<b>Всего</b>		<b>67,3</b>	<b>80,4</b>	<b>187,9</b>	<b>1761</b>

Медицинская сестра

Горонцова И.А.