

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		180	6,34	7,44	29,55	211,06
ХЛЕБ БЕЛЫЙ С МАСЛОМ		40	2,47	7,22	15,72	137,72
КАКАО НА МОЛОКЕ		180	3,81	3,95	15,37	112,91
			12,62	18,61	60,64	461,69
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	0,92	0,31	12,85	58,75
			0,92	0,31	12,85	58,75
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА М/К БУЛЬОНЕ		180	9,34	5,30	46,36	271,54
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		180	15,93	13,56	28,71	300,73
ПОМИДОР		50	0,44	0,08	1,50	9,50
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ		200	0,55	0,03	17,06	71,19
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	2,93	0,39	18,74	90,15
			29,19	19,36	112,37	743,11
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ		50	2,07	5,22	14,09	113,98
ЧАЙ СЛАДКИЙ		200/15	0,00	0,00	9,68	38,70
			2,07	5,22	23,77	152,68
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ С ПОВИДЛОМ		150	12,11	8,55	54,96	346,92
ЧАЙ		200/15	0,00	0,00	7,27	29,03
ХЛЕБ БЕЛЫЙ		50	1,98	0,16	13,00	61,34
			14,09	8,71	75,23	437,29
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,89	52,21	284,86	1 853,52

