

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ С ЯБЛОКАМИ	150		4,4	8,1	11,8	164,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,5	10,6	54,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,1	1,7	11,8	73,0
			8,0	10,3	34,2	291,0
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150		0,8	0,2	15,2	69,0
			0,8	0,2	15,2	69,0
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40		0,3	0,0	0,8	5,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180		2,2	6,3	8,6	105,0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60		6,6	4,8	3,2	92,0
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	120		1,7	7,1	19,5	131,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,3	0,2	9,3	44,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,5	0,5	10,6	54,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150		0,5	0,2	13,9	69,0
			14,1	19,1	65,9	500,0
Полдник						
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160		9,8	13,7	16,3	218,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,3	0,2	9,3	44,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150		0,1	0,0	6,2	25,0
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	40		2,6	2,4	23,4	126,0
			13,8	16,3	55,2	413,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,7	45,9	170,5	1 273,0