

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белк и, г	Жиры, г	Углеводы , г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180		5.4	5.6	20.8	133.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ СЕФИР	20		1.5	0.5	10.6	54.0
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ЧАЙ С МОЛОКОМ	35		0.2	0.0	26.3	105.0
	180		2.1	1.7	11.8	74.0
			9.2	7.8	69.5	366.0
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180		0.9	0.2	18.2	83.0
			0.9	0.2	18.2	83.0
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60		0.4	0.1	1.1	7.0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200		2.6	7.5	10.8	122.0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80		8.8	6.4	4.3	122.0
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140		2.0	8.3	22.7	153.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2.0	0.3	13.9	66.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1.5	0.5	10.6	54.0
ПАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0.6	0.3	16.7	83.0
			17.9	23.4	80.1	607.0
Полдник						
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200		12.2	19.2	20.4	273.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1.3	0.2	9.3	44.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1.5	0.5	10.6	54.0
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0.1	0.0	6.2	25.0
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50		3.2	3.0	29.2	157.0
			18.3	22.9	75.7	553.0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46.3	54.3	243.5	1,609.0