

МЕНЮ

3 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 09/2	15	3,9	4	0,5	56
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)	40	5,1	4,6	0,3	63
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ №03/9	180	7,2	7,5	35,5	239
КАША ПШЕННАЯ Б/М (аллергики)	200	5,3	15,9	37,4	313
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,2	4,4	16	121
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150			6,9	28
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	40	3	0,2	19,5	92
Итого		18,3	16,1	71,5	508
II Завтрак					
ЙОГУРТ №07/11	180	5	4,5	34,2	102
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)	180	0,9	0,2	17,7	75
Итого		5	4,5	34,2	102
Обед					
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ № 01/9	200/15/10	6,8	10	12	165
РАССОЛЬНИК б/м (аллергики)	200	6,6	8,4	11,7	148
ГОРОШНИЦА №02/31	130	13,1	6,1	27,4	217
ГОРОШНИЦА б/м (аллергики)	130	13,1	7,2	27,3	226
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №02/41	80	17,5	24,5	11,8	337
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ Б/М (аллергики)	80	15,3	14,2	9,7	229
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С" № 07/7	180	0,1	0,1	12	51
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого		40,8	41,1	84,4	872
Уплотненный полдник					
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ №02/9	150	22,7	18,2	19,3	330
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ Б/М (аллергики)	150	22	17,1	16,9	307
СОУС СМЕТАННЫЙ №05/2	30	0,5	1,2	1,8	20
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергики)	30	0,2	1,5	1	18
ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2	180	2,5	2,7	13,6	90
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150			6,9	28
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 06/1	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого		27,9	22,3	49,3	509
Всего		92	84	239,4	1991