

МЕНЮ

4 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) № 09/1	5		4,1		37
ПОВИДЛО (аллергики)	20	0,1		12,8	52
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №02/3	140	13,3	24,1	2,6	280
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ б/м (аллергики)	150	13,6	25,3	0,8	285
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,1	4,3	15,9	120
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150			6,9	28
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	38	2,8	0,2	18,7	88
Итого		20,2	32,7	37,2	525
II Завтрак					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ № 07/18	175	0,9	0,2	17,2	73
Итого		0,9	0,2	17,2	73
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ № 01/13	190	5,6	8,1	14	148
СВЕКОЛЬНИК б/м (аллергики)	200	6,8	7,3	13,6	143
РИС ОТВАРНОЙ №02/55	130	3,1	5,2	33,3	192
РИС ОТВАРНОЙ б/м (аллергики)	130	3,1	6,1	33,3	201
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ №02/52	75	17,2	6,3	10,7	167
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ Б/М (аллергики)	80	19,8	6,8	10,9	182
СОУС СМЕТАННЫЙ №05/2	20	0,3	0,8	1,3	13
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (аллергики)	20	0,1	1	0,6	12
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" № 07/8	180	0,5		18,2	73
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	50	3,3	0,4	21,3	102
Итого		30	20,8	98,8	695
Уплотненный полдник					
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) 02/38	200	2,7	6,7	15,8	135
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (аллергики)	200	2,6	8,1	15,5	146
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	19,5	14,5	69,5	486
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (аллергики)	70	19,4	14,6	69,4	487
ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2	180	2,5	2,7	13,6	89
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150			6,9	28
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 06/1	29	2,1	0,2	14,1	66
Итого		26,8	24,1	113	776
Всего		77,9	77,8	266,2	2069