

МЕНЮ

15 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" № 03/5	200	6,2	8,3	26,7	206
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" б/м (аллергики)	200	1,9	6,2	19,8	142
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,2	4,4	18	129
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150			6,9	28
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	40	3	0,2	19,5	92
Итого		13,4	12,9	64,2	427
II Завтрак					
СНЕЖОК 2,5 ЖИРНОСТИ №07/19	180	5,4	1,8	7,6	72
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)	180	0,9	0,2	17,7	75
Итого		5,4	1,8	7,6	72
Обед					
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ № 01/3	200	6,5	8,5	8,8	135
БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ Б/М (аллергики)	200	6,4	8,3	8,3	130
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ № 02/23	150	2,2	9,1	14,9	151
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ Б/М (аллергики)	150	2,2	13,4	15,1	190
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ №02/60	80	14,5	15,7	8	231
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ Б/М (аллергики)	80	13,9	7,8	8,8	163
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		26,6	33,8	64,9	670
Уплотненный полдник					
ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ 02/37	150	10,5	21,8	5,7	262
ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ б/м (аллергики)	150	9,4	23,4	3,8	264
"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 06/16	60	7,6	4,8	57,3	301
"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА Б/М (аллергики)	60	7,7	5	56,7	302
ЧАЙ С САХАРОМ № 07/1	180	0,1		9,6	39
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 06/1	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого		20,4	26,8	87,2	671
Всего		65,8	75,3	223,9	1840