

МЕНЮ

3 марта 2022 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 09/2	10	2,6	2,7	0,4	38
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ б/м (аллергики)	40	5,1	4,6	0,3	63
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	155	5,5	5,5	26,9	180
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ б/м (аллергики)	155	3,5	4,2	23,4	145
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	150	3,4	3,6	15	107
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150			6,9	28
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого		13,7	12	56,9	394
II Завтрак					
ЙОГУРТ №07/11	150	4,2	3,8	28,5	85
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)	150	0,8	0,2	14,7	63
Итого		4,2	3,8	28,5	85
Обед					
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ № 01/9	180/15/10	6,3	6,9	12,2	136
РАССОЛЬНИК б/м (аллергики)	180	6,2	7,6	11,7	140
ГОРОШНИЦА	110	11,1	5,2	23,1	184
ГОРОШНИЦА б/м (аллергики)	110	11,1	6,1	23,1	192
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №02/41	60	12,9	18,1	8,9	251
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ Б/М (аллергики)	60	7,6	7,4	7,3	127
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С" № 07/7	150	0,1	0,1	10,9	46
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого		33	30,7	72,1	699
Уплотненный полдник					
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	130	19,6	15,9	17	288
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ Б/М (аллергики)	130	19	14,6	14,6	265
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,3	13
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ б/м (аллергики)	20	0,1	1	0,6	12
ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2	150	2,1	2,2	11,3	75
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150			6,9	28
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого		24,2	19,1	44,2	445
Всего		75,1	65,6	201,7	1623