



МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9.1	10.3	144
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	5.6	8.2	24.9	196
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	1.8	5.8	22.6	150
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.6	4.7	16.4	132
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергии)	180	0.1		0.2	1
Итого		16.2	22	51.6	472
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5	4.5	8.1	102
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	180	0.7	0.7	17.6	85
Итого		5	4.5	8.1	102
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2.3	5	4.6	72
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.4	6	8.6	114
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ) (аллергии)	200	5	5.3	8.1	100
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13.6	3.8	4.5	122
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	80	23.5	20.1	0.5	276
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	140	3.5	3.8	20.1	129
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	140	2.7	5.1	22.1	146
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергии)	180				
Итого		29.3	19.5	68.8	582
Полдник					
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10.2	6.8	7.6	132
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергии)	80	23.5	20.1	0.5	276
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	2.1	1.9	9.5	70
ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергии)	140	1.5	4.7	8.7	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52

СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.9		22.9	99
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6.7	3.8	26.6	168
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		23.1	13.7	95.2	609
Всего		73.6	59.7	223.7	1765

Медицинская сестра

Шилова

Шилова Н.Ю.