



Слavyanogorsk

меню на "12" "12 2021" (для детей 1.5 до 3 лет) "4" день десятидневного меню

	4 День	Выход блюда	№ тех. карты	БЕЛКИ	ЖИРЫ	ЛЕВОД	ККОЛ.	ВИТ. С
В т р а к	Каша ячневая молочная вязкая	155/205	№ 168	5,5	3,6	20,35	135,6	0,21
	Бутерброд с сыром	35/40	№ 493	4,72	8	7,25	119,9	0,1
	кофейный нап. с молоком	180/200	№391	2,5	0,036	17,8	81,5	0,9
	Итого			12,72	11,64	45,4	337	1,21
И завтрак	Сок фруктовый	180/200	№ 407	1,8	0,18	3,4	22,5	7,2
	Кондитерские изделия	12,/15	произв	1	2	8,3	52,8	
О б е д	Суп картофельный с крупой	180/200	№ 114	2	2,5	7	59	4
	Бигус	250/275	№ 329	22,5	16,6	6,5	266,3	19,4
	Компот из смеси с/ф.	180/200	№399	0,5	0	24,7	100,6	0,13
	Хлеб рж.	50/60	произв	0,04	2,35	26	107	
	Итого			25,04	21,45	64,2	532,9	23,53
У ж и н	Запеканка их творога с соусом	130/150(50)	№ 195	23	5,3	40,7	301,8	0,3
	Салат из моркови с зеленым горошком	90/120	№ 25	0,8	2,4	2,3	34,4	0,7
	Чай с сахаром	180/200	№ 381	0,11	0	13,9	56	0,018
	Хлеб пш.	50/60	произв	1,2	4	26	127	
	Фрукты св.	100/120	№90	0,4	0,4	10,4	45	10
	Итого			25,51	12,1	93,3	564,2	11,02
Итого:	Пищевая ценность			66	47	215	1509	43