



Баглаева М.Б.

Кухня  
Сад (с 3 до 7 лет) 0%

## МЕНЮ

**16.03.2023 четверг**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
<b>Завтрак</b>	<b>533</b>	<b>13,66</b>	<b>15,24</b>	<b>85,08</b>	<b>0,82</b>		
Каша Дружба	369	10,97	7,48	64,38	0,79	200	23,89
Чай с сахаром	39	0,06	0,03	9,47	0,03	180	0,94
Хлеб пшеничный	59	2,55	0,48	11,10		30	
Масло (порциями)	66	0,08	7,25	0,13		5	4,45
<b>Второй завтрак</b>	<b>711</b>	<b>2,20</b>	<b>10,40</b>	<b>150,93</b>	<b>142,93</b>		
Киселек	507			125,33	142,93	200	16,64
Вафли	204	2,20	10,40	25,60		40	8,00
<b>Обед</b>	<b>489</b>	<b>20,17</b>	<b>19,41</b>	<b>58,31</b>	<b>72,18</b>		
Бульон с гренками, куриный (1-й вариант)	93	3,44	4,63	9,39	3,84	180/15	2,38
Курица, тушенная с овощами	210	12,48	13,92	8,46	8,94	180	12,56
Огурцы соленые						55	7,33
Компот из свежих яблок	88	0,14	0,14	21,49	59,40	180	2,96
Хлеб пшеничный	53	2,40	0,42	10,11		30	
Хлеб ржаной	45	1,71	0,31	8,86		26	
<b>Полдник</b>	<b>451</b>	<b>24,40</b>	<b>17,24</b>	<b>49,47</b>	<b>249,08</b>		
Сырники из творога	234	18,69	12,67	11,40	0,25	120	59,57
Какао с молоком	105	3,40	3,66	14,51	1,33	180	15,46
Хлеб ржаной	45	1,71	0,31	8,86		26	
Апельсины	67	0,60	0,60	14,70	247,50	100	18,85
<b>Итого за день:</b>	<b>2 184</b>	<b>60,44</b>	<b>62,29</b>	<b>343,80</b>	<b>465,01</b>		<b>173,03</b>

Составитель \_\_\_\_\_

(должность)

(подпись)

(ФИО)