|  |  |
| --- | --- |
| *БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ* | ***03.02.2023*** |
|  |  |  |  |
| ***оши 11 (11 до 15)*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***Завтрак*** |  |
| ***10*** | ***МАСЛО СЛИВОЧНОЕ\_*** | кКал-75, Жир-8 |
| ***60*** | ***БАТОН НАРЕЗНОЙ*** | кКал-143, Бел-5, Угл-29 |
| ***30*** | ***ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ\_*** | кКал-54, Бел-2, Угл-10 |
| ***220*** | ***КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ\_*** | кКал-284, Бел-8, Жир-11, Угл-38 |
| ***200*** | ***КАКАО С МОЛОКОМ\_*** | кКал-121, Бел-4, Жир-4, Угл-18 |
| ***100*** | ***ТВОРОЖОК ДЕТСКИЙ*** | кКал-89, Бел-9, Жир-5, Угл-4 |
| **Итого за Завтрак** | кКал-766, Бел-28, Жир-28, Угл-99 |
| ***Завтрак 2-й*** |  |
| ***200*** | ***ГРУШИ СВЕЖИЕ*** | кКал-84, Бел-1, Жир-1, Угл-19 |
| **Итого за Завтрак 2-й** | кКал-84, Бел-1, Жир-1, Угл-19 |
| ***Обед*** |  |
| ***50*** | ***БАТОН НАРЕЗНОЙ*** | кКал-119, Бел-4, Угл-24 |
| ***75*** | ***БИТОЧКИ ШКОЛЬНИК\_*** | кКал-118, Бел-8, Жир-6, Угл-7 |
| ***60*** | ***ТОМАТЫ СВЕЖИЕ*** | кКал-12, Бел-1, Угл-2 |
| ***90*** | ***ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ\_*** | кКал-163, Бел-6, Жир-1, Угл-31 |
| ***300*** | ***СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ\_*** | кКал-165, Бел-9, Жир-7, Угл-18 |
| ***200*** | ***КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА\_*** | кКал-112, Угл-28 |
| ***250*** | ***КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ\_*** | кКал-252, Бел-5, Жир-9, Угл-44 |
| **Итого за Обед** | кКал-941, Бел-33, Жир-23, Угл-154 |
| ***Полдник*** |  |
| ***250*** | ***ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 0,125*** | кКал-118, Бел-13, Жир-4, Угл-9 |
| ***200*** | ***СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 0,2*** | кКал-76, Бел-1, Угл-18 |
| ***50*** | ***ШОКОЛАД*** |  |
| **Итого за Полдник** | кКал-194, Бел-14, Жир-4, Угл-27 |
| **Итого за день** | кКал-1 985, Бел-76, Жир-56, Угл-299 |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |