

МЕНЮ

1 день

Сад 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	190	7,2	6,9	31,1	215,4
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,4	11,0	90,3
БАТОН	30	2,3	0,9	15	77,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0	4,1	0	37,4
Итого за прием пищи:	405	13,4	15,3	57,1	420,8
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,6	0,1	12,1	51,6
Итого за прием пищи:	120	0,6	0,1	12,1	51,6
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,9	4,2	3,7	56,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	6,0	5,8	18,5	151,5
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	130	16,0	18,9	9,9	273,4
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	70	0,5	1,8	2,8	31,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,9	95,9
Итого за прием пищи:	687	28,8	31,3	78,6	714,5
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	5,9	5,1	9,8	110
ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	4,2	3,5	14,6	107,5
Итого за прием пищи:	250	10,1	8,6	24,4	217,5
Ужин					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	19,8	15,5	22,6	304,9
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	70	0,2	0,8	1,2	14,4
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФРУКТОВО-ЯГОДНОГО	200	0	0	12,1	47,9
Итого за прием пищи:	450	20,0	16,3	35,9	367,2
Всего за день:		72,9	71,6	208,1	1771,6

Цена: 175 рублей