

МЕНЮ

11 день

Сад 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	7,1	7,5	28,7	211,9
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,4	11,0	90,3
БАТОН	35	2,7	1,1	17,5	90,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0	4,1	0	37,4
Итого за прием пищи:	410	13,7	16,1	57,2	430,3
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,6	0,1	11,6	49,5
Итого за прием пищи:	115	0,6	0,1	11,6	49,5
Обед					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,7	2,1	3,5	35,4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	6,7	8,9	20,4	194,8
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	150	15,6	19,8	8,7	275,1
СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50	0,6	1,9	2,8	31,0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,3	22,1	104,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,8	99,9
Итого за прием пищи:	711	30,2	33,4	87,0	775,2
Полдник					
КЕФИР	220	6,4	5,5	8,8	116,6
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Итого за прием пищи:	250	8,7	8,4	31,1	241,7
Ужин					
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,0	3,6	11,2	89,3
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	150	20,4	15,5	25,5	318,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	20	1,4	1,6	10,8	63,6
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФРУКТОВО-ЯГОДНОГО	180	0	0	9,7	38,6
Итого за прием пищи:	480	23,8	20,7	57,2	509,6
Всего за день:		77,0	78,7	244,1	2006,3

Цена: 180 рублей