

## МЕНЮ

3 день

Сад 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	19,5	15,3	14,4	268,6
СОУС СЛАДКИЙ	30	0	0	6,4	25,8
КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,9	3,4	11,0	90,3
БАТОН	25	2	0,8	12,5	64,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0	4,1	0	37,4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>25,4</b>	<b>23,6</b>	<b>44,3</b>	<b>486,9</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,9	71,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,9</b>	<b>71,6</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	2,9	4,1	45,9
СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,1	9,3	26,6	222,9
СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА	150	2,2	5,3	13,2	109,6
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНО-ОВОЩНОМ СОУСЕ	70	7,6	7,4	10,4	139,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>665</b>	<b>19,4</b>	<b>25,1</b>	<b>75,5</b>	<b>612,2</b>
<b>Полдник</b>					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	8,9	38,6
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,1	0,8	18,7	93,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,2</b>	<b>0,9</b>	<b>27,6</b>	<b>131,6</b>
<b>Ужин</b>					
САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	70	1,5	1,2	10,8	60,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	10,1	13,4	2,8	170,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	7,3	29,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>15,1</b>	<b>15,0</b>	<b>42,1</b>	<b>362,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>63,7</b>	<b>65,2</b>	<b>204,4</b>	<b>1665,2</b>

Цена: 185 рублей