

## МЕНЮ

8 день

Сад 12 часов

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	190	8,0	8,5	29,1	225,9
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,4	11,0	90,3
БАТОН	25	2	0,8	12,5	64,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0	4,1	0	37,4
СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2	2,6	0	32,1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>411</b>	<b>15,9</b>	<b>19,4</b>	<b>52,6</b>	<b>450,5</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,6	0,1	11,6	49,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>115</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>11,6</b>	<b>49,5</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,8	2,0	3,7	36,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,1	8,4	19,6	184,1
ЛАПШЕВНИК С КУРИНЫМ МЯСОМ	150	11,8	10,4	28,8	258,1
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1	2,6	20,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,4	0,3	22,6	106,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>688</b>	<b>24,2</b>	<b>22,3</b>	<b>96,6</b>	<b>692,1</b>
<b>Полдник</b>					
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	8,9	38,6
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,8	0,9	28,0	138,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,9</b>	<b>1,0</b>	<b>36,9</b>	<b>176,9</b>
<b>Ужин</b>					
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,4	4,9	0,3	66,6
РАГУ ОВОЩНОЕ	190	4,6	9,5	26,1	203,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	7,3	29,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>455</b>	<b>11,9</b>	<b>14,6</b>	<b>44,3</b>	<b>350,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>57,5</b>	<b>57,4</b>	<b>242,0</b>	<b>1719,7</b>

Цена: 185 рублей