

# МЕНЮ

15 день

Сад 12 часов

| Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                    |              |                  |         |             |                               |
| КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДКА" МОЛОЧНАЯ                           | 190          | 6,4              | 6,9     | 26,2        | 191,3                         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                           | 180          | 0,3              | 0       | 6,3         | 26,1                          |
| БАТОН                                                      | 34           | 2,7              | 1       | 17          | 88,1                          |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                           | 5            | 0                | 4,1     | 0           | 37,4                          |
| Итого за прием пищи:                                       | 409          | 9,4              | 12,0    | 49,5        | 342,9                         |
| 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                                                       |              |                  |         |             |                               |
| ИКРА МОРКОВНАЯ                                             | 50           | 0,5              | 1       | 3,2         | 24,3                          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/9        | 9,3              | 9,4     | 40,0        | 286,6                         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                | 130          | 4,5              | 4,5     | 28,7        | 174,0                         |
| ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                                     | 70           | 19,6             | 6,9     | 1,0         | 169,3                         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                | 180          | 0                | 0       | 8,7         | 34,8                          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 25           | 1,9              | 0,2     | 12,5        | 59,2                          |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                | 25           | 1,7              | 0,2     | 10,6        | 51                            |
| Итого за прием пищи:                                       | 669          | 37,5             | 22,2    | 104,7       | 799,2                         |
| Полдник                                                    |              |                  |         |             |                               |
| КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                            | 200          | 5                | 4,4     | 22,3        | 150,2                         |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                    | 50           | 3,8              | 4,9     | 37,2        | 208,5                         |
| Итого за прием пищи:                                       | 250          | 8,8              | 9,3     | 59,5        | 358,7                         |
| Ужин                                                       |              |                  |         |             |                               |
| ЯБЛОКО                                                     | 170          | 0,7              | 0,7     | 16,7        | 79,9                          |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ    | 130          | 13,1             | 12,8    | 46,9        | 355,2                         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                                              | 180          | 3,9              | 3,2     | 13,3        | 97,8                          |
| Итого за прием пищи:                                       | 480          | 17,7             | 16,7    | 76,9        | 532,9                         |
| Всего за день:                                             |              | 74,0             | 60,3    | 302,2       | 2083,2                        |

Цена: 187 рублей