



Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	11,4	7,8	18,4	192,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	40	1,1	4,6	4,2	62,2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	2,6	9,3	16,4	159,2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	4,0	16,3	118,5
Итого за прием пищи:		19,0	25,7	55,3	532,4
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,7	4,1	5,9	75,7
Итого за прием пищи:		3,7	4,1	5,9	75,7
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	25	1,2	1,9	3,3	34,4
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,5	5,5	11,5	110,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	200/4	16,9	16,1	29,3	328,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	4,1	0,5	26,4	127,2
ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,1	0	10,89	43,94
Итого за прием пищи:		24,8	24,0	81,39	644,04
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	5,39	3,61	55,68	275,33
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,6	74,6
Итого за прием пищи:		6,29	3,81	73,28	349,93
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	5,9	8,8	19,9	182,7
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	50	4,3	0,4	28	132,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200/11	0	0	10,7	42,8
Итого за прием пищи:		10,2	9,2	58,6	357,9
Всего за день:		63,99	66,81	274,47	1959,97

Стоимость 210руб



Наименование блюда	масса порци и	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	10,2	7,4	18,3	181,7
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,8	3,8	3,4	50,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	23/7	1,8	6,5	11,6	112,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	14,9	108,3
Итого за прием пищи:		16,4	21,4	48,2	452,7
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,7	4,1	5,9	75,7
Итого за прием пищи:		3,7	4,1	5,9	75,7
Обед					
САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	20	1,1	2	2,8	34,2
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,8	5,4	8,7	93,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180/4	13,5	13,2	26,5	277,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,1	0	10,89	43,74
Итого за прием пищи:		18,5	20,9	61,59	509,84
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	55	5,69	4,41	51,31	267,24
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Итого за прием пищи:		6,59	4,61	69,01	342,34
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/3	4,6	6,7	15,2	139,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180/9	0	0	8,7	34,8
Итого за прием пищи:		8,3	7,0	48,2	289,4
Всего за день:		53,49	58,01	232,90	1669,98

Стоимость 210 руб