



Наименование блюда	Масса порции	бел ки г	Жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценность г
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	12,0	8,1	18,4	197,6
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	40	1,1	4,6	4,2	62,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40/10/30	2,6	9,3	16,3	158,4
КАКАО С МОЛОКОМ	200/11	3,9	4,0	16,2	117,9
Итого за прием пищи:		19,6	26,0	55,1	536,0
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	111	3,3	2,8	4,7	60,1
Итого за прием пищи:		3,3	2,8	4,7	60,1
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,9	2,4	5,5	47,9
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/13	2,2	5,1	11,2	106,1
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	60	11,8	12,6	9,6	199,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,7	5,2	30,2	194,3
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,5	0,5	22,6	108,6
ЧАЙ С САХАРОМ	190/11	0,11	0	10,82	43,7
Итого за прием пищи:		25,21	25,8	89,92	700,4
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,2	0,1	20,5	87,5
СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,9	0,2	18,1	77,4
Итого за прием пищи:		2,1	0,3	38,6	164,9
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,9	7,9	19,9	174,3
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	33	2,5	0,2	16,5	77,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,4	8,1	46,1	290,8
Всего за день:		58,61	63,0	234,42	1752,2

Стоимость меню 179 руб

Наименование блюда	масса порци и	бел ки г	жиры г	углевод ы г	Энергетич еская ценно сть
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	12,2	8,0	18,8	199,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,8	3,4	3,1	46,4
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	1,8	6,6	11,6	112,6
КАКАО С МОЛОКОМ	180/9	4,3	4,5	15,3	120,6
Итого за прием пищи:		19,1	22,5	48,8	478,8
II Завтрак					
РЯЖЕНКА	111	3,3	2,8	4,7	60,2
Итого за прием пищи:		3,3	2,8	4,7	60,2
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,8	2,1	4,0	38,5
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/7	1,8	3,9	8,6	79,9
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	7,8	8,5	8,8	142,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,1	4,2	23,5	152,7
ХЛЕБ ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/11	0,11	0	10,62	42,72
Итого за прием пищи:		17,61	19,0	68,22	517,62
Полдник					
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,2	0,1	20,2	86,7
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,5
Итого за прием пищи:		2,1	0,3	38,4	164,2
Ужин					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	120	7,1	7,2	24,0	190,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9	36
Итого за прием пищи:		10,8	7,5	57,3	341,5
Всего за день:		52,91	52,1	217,42	1562,3

Стоимость меню 179 руб