

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

2 день					
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,73	4,67	25,48	160,50
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,14	6,45	10,60	126,40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	27,56
Итого за прием пищи:	427	13,53	11,67	53,09	368,06
II Завтрак					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого за прием пищи:	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	4,71	4,17	21,02	128,23
КОТЛЕТЫ "ДЕТСКИЕ"	75	8,65	8,25	9,04	163,50
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	2,92	4,06	24,76	146,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0,14	0,11	9,70	40,86
Итого за прием пищи:	710	21,18	17,69	95,92	634,42
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150	16,42	16,01	18,95	253,50
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18
Итого за прием пищи:	330	16,52	16,01	25,15	278,68
Всего за день:		56,45	49,87	181,36	1 371,16