



Судя

МЕНЮ

сад

На

« *15* » *15*

20 *15* г

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Суп вермишелевый молочный с маслом слив.	200	5,75	5,2	18,8	145,2
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	162,25
	<i>Итого:</i>	435	13,71	14,87	47,82	398,45
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4
	<i>Итого:</i>	100	0,5	-	10,1	42,4
Обед	Салат из свеклы с раст. маслом	50	0,7	3,1	4,2	46,95
	Суп овощной на курином бульоне	200	2,1	3,8	13,5	84,2
	Печень тушеная в сметане	40/40	10,3	5,95	7,2	122,1
	Макароны отварные	130	4,99	3,7	22,9	143,4
	Кисель	180	0,2	0,01	31,7	127,9
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,1	25,6
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,5	39,0
	<i>Итого:</i>	670	20,48	16,89	92,1	589,15
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0
	Вафли	40	1,3	11,7	25,1	205,6
	<i>Итого:</i>	220	6,3	17,4	32,3	306,6
Ужин:	Салат из белокочанной капусты	50	0,7	2,5	4,3	42,95
	Рыба, запеченная в омлете	70	11,4	3,82	2,24	89,25
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,43	138
	Чай с сахаром	180	0	0	12	48
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2
	<i>Итого:</i>	480	17,14	11,48	49,17	369,4
<i>Итого за VII день:</i>		1905	58,13	60,64	231,49	1706,0