



Меню на 14 ноября 9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11	Масса порции 12-18	Пищевые вещества		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями №160	250	300	6,9	5,7	25,2
Бутерброды с повидлом №2	30/5/20	30/5/20	2,3	3,7	27,3
Какао с молоком №382	200	200	3,8	3,0	24,5
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	100	0,8	0,1	1,6
Щи из свежей капусты с картофелем №124	200	250	1,7	3,7	8,7
Фрикадельки мясные в соусе ТТК № 60	80/30	100/30	15,6	25,0	16,6
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69	150	180	4,5	6,5	46,7
Компот из свежих плодов ТТК №52	200	200	0,2	0,2	27,1
Хлеб пшеничный	50	70	5,1	0,4	34,0
Хлеб пеклеванный	80	120	7,7	1,1	49,4
Полдник					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338/2011	200	200	0,8	0,8	19,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	200	0,4	0,1	21,5
Ужин					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ №78	80	100	2,7	7,9	14,1
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ ТТК №63	150	100	13,1	6,1	6,7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №518	200	180	3,5	5,0	28,6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	70	200	0,1	0,0	16,7
Хлеб пшеничный	50	70	5,1	0,4	34,0
Ужин 2					
Кисломолочный продукт (снежок) №698	180	180	4,8	4,4	18,8
БАТОН	30	30	2,3	0,9	15,0
Всего за день:			89,4	91,9	408,0