



Меню на 15 ноября 10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11	Масса порции 12-18	Масса порции 12-18			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	200	250	7,0	9,2	41,8	279,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/10/10	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/8	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,1
БАТОН	40	40	3,1	1,2	20,0	103,6
Обед						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	100	1,6	0,1	8,9	42,8
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	250	1,9	3,7	11,0	85,4	250
Плов из птицы ТТК №67	150	200	14,1	22,7	37,2	409,5
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	200	0,4	0,0	20,4	80,4
Хлеб пшеничный	50	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Хлеб пеклеванный	70	120	7,7	1,1	49,4	237,5
Полдник						
ПЛЮШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	150	150	12,1	7,1	84,0	458,0
СОК ФРУКТОВЫЙ (АНАНАСОВЫЙ) №707	200	200	0,6	0,2	22,9	100,9
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ №224/2011	250	30,0	25,5	59,7	593,0	250
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №596	50	0,9	2,2	6,7	50,8	50
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	200
Хлеб пшеничный	50	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Ужин 2						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	180	5,0	4,4	7,4	94,3	180
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7	30
Всего за день:			105,5	92,0	492,9	3201,2