

МЕНЮ 8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.9	2.3	11.6	79.7
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6.4	7.0	8.6	123.9
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	180	5.4	7.2	26.6	192.3
Итого за прием пищи:	400	14.7	16.5	46.7	395.9
II Завтрак					
КЕФИР	180	5.2	4.5	7.2	95.4
Итого за прием пищи:	180	5.2	4.5	7.2	95.4
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0.6	0.1	1.9	12.0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/10/1	5.0	3.7	16.2	118.4
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17.9	7.8	7.2	172.8
РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2.4	6.5	12.8	120.0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	29.9	121.4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	12.7	61.2
Итого за прием пищи:	691	28.0	18.5	80.7	605.8
Уплотненный полдник					
ГРУША	70	0.3	0.2	7.2	32.9
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/13	27.1	18.0	36.9	424.9
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6.1	5.3	10.1	112.8
ПРЯНИКИ	30	1.8	1.4	22.5	109.8
Итого за прием пищи:	463	35.3	24.9	76.7	680.4
Всего за день:		83.3	64.4	211.3	1 777.5