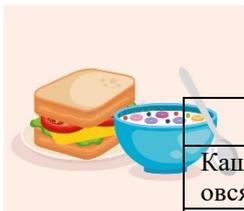


МЕНЮ

на 1 четверг

Завтрак



Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Каша жидкая на молоке из хлопьев овсяных	200	6,12	9,28	28,65	222,68
Какао на молоке	200	3,67	3,48	14,62	104,52
Масло коровье сладко сливочное несоленое	5	0,04	4,13	0,04	37,44
Батон нарезной	20	2,25	0,87	15,42	78,6



Завтрак 2

Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Плоды и фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	94,5

Обед



Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Салат витаминный с растительным маслом	60	0,86	6,05	5,73	80,79
Суп картофельный с горохом на бульоне из птицы	200	5,82	4,46	14,48	123,42
Рагу из мяса птицы	200	16,9	15,56	22,9	299
Компот из ягод свежемороженых	200	0,21	0,04	18	72,52
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06

Полдник



Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Отвар шиповника	200	0,67	0,275	20,5	79,3
Печенье	40	2,72	7,4	5,92	171,2

Ужин



Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Пудинг из творога (запеченый)	180	30,9	23,55	71,03	620,06
Соус молочный сладкий	30	0,78	1,78	2,34	28,99
Чай с сахаром с молоком	200	1,2	1,28	11,87	63,8

Наименование	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Итого за день	75,9	79,21	265,3	2141,88