

МЕНЮ 20 день								
Сад								
Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
	Завтрак							
11/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180	5,88	2,12	5,37	1,19	29,29	187,6
14/10	Какао с молоком	180	2,99	2,09	2,62	0,68	13,12	83,64
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86
	Масло сливочное	8	0,06	0,06	5,8	0	0,1	52,85
5/13	Сыр (порциями)	8	2,1	2,1	2,13	0	0	28,05
	Итого за 'Завтрак '		13,35	6,37	16,82	2,76	58,5	433
	10:00							
-	Бананы	150	2,25	0	0,75	0,75	34,05	143,3
	Итого за '10:00'		2,25	0	0,75	0,75	34,05	143,3
	Обед							
8/1	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	50	0,48	0	3,33	3,33	6,04	54,1
20/2	Суп-лапша на курином бульоне	200	1,86	0,03	2,75	0,23	12,01	79,33
3/9	Овощи тушёные с курой	200	15,93	11,58	11,29	3,29	29,3	275,3
6/10	Компот из сухофруктов	180	0,44	0	0,02	0,03	17,91	67,86
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,44
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
	Итого за 'Обед'		23,33	11,62	18,07	7,55	96,01	621,4
	Полдник							
	Манник	50	3,26	0,58	2,92	0,31	32,31	165,9
12/10	Чай с молоком	200	1,4	1,45	1,42	0,01	11,25	61,21
	Итого за 'Полдник '		4,66	2,03	4,34	0,32	43,55	227,1
	Итого за день		43,59	20,02	39,98	11,37	232,11	1425