



МЕНЮ

13 ДЕНЬ

ЗАВТРАК 		<table><tr><th rowspan="2">Наименование блюда</th><th rowspan="2">Выход блюда</th><th colspan="3">Пищевые вещества(г)</th><th rowspan="2">Энергетическая ценность (ккал)</th></tr><tr><th>Б</th><th>Ж</th><th>У</th></tr><tr><td>Запеканка творожная со сгущенным молоком</td><td>200</td><td>33,2</td><td>11</td><td>28,7</td><td>346,6</td></tr><tr><td>Чай</td><td>180</td><td>0,1</td><td>0</td><td>0</td><td>0,8</td></tr><tr><td>Хлеб пшеничный</td><td>20</td><td>1,5</td><td>0,2</td><td>9,8</td><td>46,9</td></tr></table>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж	У	Запеканка творожная со сгущенным молоком	200	33,2	11	28,7	346,6	Чай	180	0,1	0	0	0,8	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9																														
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)																																																						
		Б	Ж	У																																																							
Запеканка творожная со сгущенным молоком	200	33,2	11	28,7	346,6																																																						
Чай	180	0,1	0	0	0,8																																																						
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9																																																						
II ЗАВТРАК 		<table><tr><th rowspan="2">Наименование блюда</th><th rowspan="2">Выход блюда</th><th colspan="3">Пищевые вещества (г)</th><th rowspan="2">Энергетическая ценность (ккал)</th></tr><tr><th>Б</th><th>Ж</th><th>У</th></tr><tr><td>Сок фруктовый</td><td>200</td><td>1</td><td>0,2</td><td>20,2</td><td>86,6</td></tr></table>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж	У	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6																																										
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)																																																						
		Б	Ж	У																																																							
Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6																																																						
ОБЕД 		<table><tr><th rowspan="2">Наименование блюда</th><th rowspan="2">Выход блюда</th><th colspan="3">Пищевые вещества(г)</th><th rowspan="2">Энергетическая ценность (ккал)</th></tr><tr><th>Б</th><th>Ж</th><th>У</th></tr><tr><td>Салат из квашеной капусты с луком</td><td>60</td><td>0,9</td><td>4,1</td><td>3,4</td><td>54</td></tr><tr><td>Свекольник со сметаной</td><td>208</td><td>1,8</td><td>3,8</td><td>10,8</td><td>84,5</td></tr><tr><td>Рис отварной с овощами</td><td>150</td><td>3,1</td><td>4,2</td><td>29,1</td><td>166,7</td></tr><tr><td>Котлеты рыбные</td><td>80</td><td>12,6</td><td>3,9</td><td>5,5</td><td>107,6</td></tr><tr><td>Соус томатно-сметанный</td><td>30</td><td>0,5</td><td>1</td><td>1,9</td><td>18,5</td></tr><tr><td>Компот из свежих яблок</td><td>180</td><td>0,1</td><td>0,1</td><td>8,7</td><td>36,3</td></tr><tr><td>Хлеб пшеничный</td><td>30</td><td>2,3</td><td>0,2</td><td>14,8</td><td>70,3</td></tr><tr><td>Хлеб ржаной</td><td>40</td><td>2,6</td><td>0,5</td><td>15,8</td><td>78,2</td></tr></table>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж	У	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,9	4,1	3,4	54	Свекольник со сметаной	208	1,8	3,8	10,8	84,5	Рис отварной с овощами	150	3,1	4,2	29,1	166,7	Котлеты рыбные	80	12,6	3,9	5,5	107,6	Соус томатно-сметанный	30	0,5	1	1,9	18,5	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	8,7	36,3	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)																																																						
		Б	Ж	У																																																							
Салат из квашеной капусты с луком	60	0,9	4,1	3,4	54																																																						
Свекольник со сметаной	208	1,8	3,8	10,8	84,5																																																						
Рис отварной с овощами	150	3,1	4,2	29,1	166,7																																																						
Котлеты рыбные	80	12,6	3,9	5,5	107,6																																																						
Соус томатно-сметанный	30	0,5	1	1,9	18,5																																																						
Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	8,7	36,3																																																						
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3																																																						
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	15,8	78,2																																																						
Полдник 		<table><tr><th rowspan="2">Наименование блюда</th><th rowspan="2">Выход блюда</th><th colspan="3">Пищевые вещества(г)</th><th rowspan="2">Энергетическая ценность (ккал)</th></tr><tr><th>Б</th><th>Ж</th><th>У</th></tr><tr><td>Кисель фруктовый</td><td>200</td><td>0</td><td>0</td><td>17,5</td><td>69,9</td></tr><tr><td>Крендель с сахаром</td><td>70</td><td>5,1</td><td>4,8</td><td>31,2</td><td>188,6</td></tr></table>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Б	Ж	У	Кисель фруктовый	200	0	0	17,5	69,9	Крендель с сахаром	70	5,1	4,8	31,2	188,6																																				
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)																																																						
		Б	Ж	У																																																							
Кисель фруктовый	200	0	0	17,5	69,9																																																						
Крендель с сахаром	70	5,1	4,8	31,2	188,6																																																						