



День № 8

		ккал	Сад (выход)	ккал
Завтрак				
Батон с мягким сыром	45/10	65,5	50/15	65,5
Каша ячневая молочная	150	287,6	200	303,5
чай	150	46,5	200	74,5
	355			
		389,1	465	547
2 завтрак	100			
фрукты		55	100	55
Обед	150			
Суп гороховый с мясом говядиной	60	146,3	200	172,77
Котлета рыбная	150	88,01	80	102,5
Рис отварной	180	152,2	200	168,7
Компот с/ф	30	45,43	200	68,25
Хлеб	10	133	50	133
Соус	20	103,2	10	103,2
Икра кабачковая	600		20	
		668,14	760	748,42
Полдник	150			
Чай	90/15	42	200	50,4
Сырники со сгущенкой	255	127,4	90/20	145,6
		169,4	310	196,0
Ужин	150/20			
Картофельное пюре с зеленым горошком	200	215	200/20	286
Чай	25/5	45,5	200	65,5
Хлеб с маслом		65	50/5	65
	400	325,5	475	416
Чай кекс столичный	150/75		200/70	
	225		270	
итог	1905		2380	