



3 день

прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Фото
		сад	Энергетическая ценность (ккал)	
завтрак	Суфле творожное со сгущенным молоком (180/20гр)	200	352,4	
	Чай (180гр)	180	0,8	
	Хлеб пшеничный	20	46,9	

2 завтрак	Сок фруктовый	200	86,6	
-----------	---------------	-----	------	---

обед	Икра кабачковая (60гр)	60	71,1	
	Борщ со сметаной (200/8гр)	208	65,3	
	Картофельное пюре (150гр)	150	139,5	
	Шницель рыбный (80гр)	80	107,6	
	Соус томатно-сметанный (20гр)	20	12,6	
	хлеб ржаной	40	78,2	

	хлеб пшеничный	40	93,8
	Компот из свежих яблок (180гр)	180	36,3

ПОЛДНИК	Кисель фруктовый (200гр)	200	69,9	
	Кондитерские изделия (печенье)	50	207,9	

ужин	Сыр твердых сортов порционно (10гр)	10	35,8	
	Каша молочная «Дружба» (200гр)	200	203,5	
	Какао с молоком (200гр)	200	90,1	
	Батон	40	104,7	
	соль за весь день	3		