

дети 1-3 лет		День 1				
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	150	5,04	6,87	18,34	156,24
	Кофейный напиток на молоке	150,00	3,74	3,28	13,93	101,58
	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,50
	Масло сливочное	5,00	0,04	1,23	0,03	11,32
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	125	0,13	0,63	12,63	57,50
ОБЕД	Салат из квашеной капусты	30	0,43	1,52	3,71	30,37
	Суп рыбный	150	5,69	0,42	8,31	59,92
	Мясо отварное тушеное с картофелем по-домашнему	160	14,78	14,21	16,03	251,42
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,07	0,00	8,56	33,66
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	44,55
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	50	7,84	5,89	61,67	317,08
	Кисель	150	0,00	0,00	0,00	0,00

дети 3-7 лет		День 1				
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	200	6,73	9,15	26,44	216,30
	Кофейный напиток на молоке	180	4,32	4,75	18,87	136,58
	Хлеб пшеничный	40,	3,16	0,40	19,32	94,00
	Масло сливочное	5,	0,04	1,23	0,03	11,32
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	125	0,13	0,63	12,63	57,50
ОБЕД	Салат из квашеной капусты	50	0,72	2,54	6,19	50,63
	Суп рыбный	200	7,61	0,56	11,08	79,88
	Мясо отварное тушеное с картофелем по-домашнему	200	18,48	17,76	20,05	314,26
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,08	0,00	10,27	40,36
	Хлеб ржаной	40	1,44	0,36	12,48	59,40
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	60	9,42	7,08	74,01	380,50
	Кисель	180	18,84	14,16	148,02	761,00