

дети 1-3 лет		День 10				
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	150	4,91	6,82	18,12	156,07
	Какао с молоком	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	Фрукты и ягоды свежие	95	1,43	0,10	19,95	84,55
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,22	1,85	1,16	22,00
	Суп рыбный из консервов	150	1,50	0,35	11,77	56,46
	Фрикадельки мясные	50	8,36	6,86	2,66	106,58
	Рагу овощное	110	2,93	3,36	13,17	95,67
	Компот из яблок	150,00	0,05	0,05	11,13	45,57
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	44,55
ПОЛДНИК	Винегрет с растительным маслом	30	0,88	1,58	3,79	32,89
	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	70,50
	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	10,00	39,90

дети 3-7 лет		День 10				
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	200	6,55	9,09	24,16	208,10
	Какао с молоком	180,	3,37	0,35	17,41	119,66
	Хлеб пшеничный	40,	3,16	0,40	19,32	94,00
	Масло сливочное	5,	0,04	1,23	0,03	11,32
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	100	1,50	0,10	21,00	89,00
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,36	3,08	1,94	36,66
	Суп рыбный из консервов	200	2,01	0,46	15,68	75,28
	Фрикадельки мясные	70	11,72	9,61	3,72	149,21
	Рагу овощное	130	3,48	3,95	15,55	113,07
	Компот из яблок	180,	23,44	19,22	7,44	298,42
	Хлеб ржаной	40	1,44	0,36	12,48	59,40
ПОЛДНИК	Винегрет с растительным маслом	50	1,49	2,63	6,34	54,81
	Хлеб пшеничный	40,	3,16	0,40	19,32	94,00
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,00	47,88