

дети 1-3 лет		День 3				
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150,00	6,72	4,12	31,89	191,07
	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	0,19	0,86	760,95	38,00
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	30	0,16	3,05	1,15	32,40
	Суп крестьянский со сметаной	150	1,51	2,59	12,27	73,24
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	50	10,14	10,79	5,18	158,42
	Рагу овощное	110	2,93	3,36	13,17	95,67
	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	10,00	39,90
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	44,55
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	50,00	1,93	7,35	28,27	180,04
	Кисломолочный напиток с сахаром	150,00	4,35	3,75	12,00	104,94

дети 3-7 лет		День 3				
Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	200,	8,63	7,48	19,11	205,90
	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	120	0,24	1,08	961,20	48,00
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	50	0,27	5,09	1,91	54,00
	Суп крестьянский со сметаной	200	2,55	1,31	16,33	87,92
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	70	14,20	15,10	7,24	221,80
	Рагу овощное	130	3,48	3,95	15,55	113,07
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	12,00	47,88
	Хлеб ржаной	40	1,44	0,36	12,48	59,40
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60,	2,31	10,08	22,16	191,45
	Кисломолочный напиток с сахаром	200,	5,80	5,00	16,00	139,92