

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Суп молочный с крупой гречневой	180/2	3,4	3,8	16,6	92,1
		150/1,5	2,6	2,9	12,4	85,7
	Булочка витаминно-йодированная	24,6	2,75	0,55	26,80	139,00
		25	2,75	0,55	26,80	139,00
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Кофейный напиток с молоком (вариант 1)	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		150	2,34	2,00	10,63	70,00
II ЗАВТРАК						
ОБЕД	Суп картофельный клецками	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Жаркое из птиц (вариант 2)	148	7,13	4,62	13,74	125,80
		150	7,13	4,62	13,74	125,80
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41	0,09	30,59	124,74
		150	0,33	0,07	25,49	103,95
	Хлеб пшеничный	30,89	2,66	0,28	17,22	82,25
		25	1,90	0,20	12,30	59,00
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	27,58	1,98	0,36	10,02	52,2
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Яйцо отварное	1./40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1./40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Икра кабачковая (пром.) Икра свекольная	50	0,45	2,35	2,97	34,80
		30	0,70	1,38	3,70	39,60
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,50
	Чай с сахаром	180	0,07	0,02	11,10	44,40
		150	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого за день	1322,121	30,91	26,77	173,05	1076,49
		1,135,25	28,29	23,63	151,65	949,10