

Детский сад	МДОУ детский сад д.Сергеиха		
		Ясли/Сад	
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная жидкая"Дружба"	150/200	4.74
	Масло сливочное	5/7	0.06
	Сыр порционный	15/15	0
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98
	Какао с молоком	150/180	3.15
Завтрак2	Сок фруктовый	150/180	0.75
Обед	Салат из помидоров с репчатым луком	30/50	1.22
	Суп гороховый	150/200	4.07
	Птица, тушенная в соусе с овощами	160/200	9.448
	Компот из свежих фруктов	150/180	0.052
	Хлеб ржаной	30/40	1.08
Полдник	Салат картофеный с кукурузой и морковью	30/50	0.46
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98
	Чай с сахаром	150/180	0.09

День

Жиры	Углеводы	Калорийность
6.82	18.024	153.31
3.08	0.08	28.3
0	0	0
0.27	11.4	59.7
3.46	9.81	83.86
0.15	15.15	69
2.11	5.45	44.71
3.11	6.13	69.30
8.236	16.183	177.39
0.052	7.168	29.84
0.27	9.36	44.55
1.88	2.73	29.77
0.27	11.4	59.7
0.02	6.76	27.53