

Детский сад	МДОУ детский сад д.Сергеиха		
		Ясли/Сад	
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	150/200	4.91
	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 "Степной" из разных овощей	30/50	0.41
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	8.1
	Капуста тушеная с мясом	160/200	10.63
	Кисель	150/180	0
	Хлеб ржаной	30/40	1.08
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	130/150	13.355
	Чай с сахаром	150/180	0.09

День

Жиры	Углеводы	Калорийность
6.82	16.624	150.09
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
1.19	2.19	21.26
6.54	12.69	142.14
11.49	8.59	181.8
0	0	0
0.27	9.36	44.55
10.953	14.78	209.02
0.02	6.76	27.53