

Детский сад	МДОУ детский с.д.Среиха			
		Ясли/Сад		
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки	Жиры
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150/200	2.90	3.58
	Масло сливочное	5/7	0.06	3.08
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98	0.27
	Кофейный напиток на молоке	150/180	3.6	3.96
Завтрак2	Сок фруктовый	150/180	0.75	0.15
Обед	Салат из огурцов с растительным маслом	30/50	0.22	2.13
	Суп из овощей	150/200	4.79	5.59
	Фрикадельки мясные	50/70	8.36	6.86
	Макаронные изделия отварные с маслом	110/130	4.27	2.44
	Кисель	150/180	0	0
	Хлеб ржаной	30/40	1.08	0.27
Полдник	Винегрет с растительным маслом	30/50	0.88	1.58
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98	0.27
	Чай сладкий с лимоном	150/180	0.15	0.03

День	#####
------	-------

Углеводы	Калорийность
----------	--------------

14.28	101.41
-------	--------

0.08	28.3
------	------

11.4	59.7
------	------

12.46	100.82
-------	--------

15.15	69
-------	----

0.68	22.66
------	-------

8.75	104.18
------	--------

2.66	106.58
------	--------

29.19	143.65
-------	--------

0	0
---	---

9.36	44.55
------	-------

3.79	32.89
------	-------

11.4	59.7
------	------

6.96	29.83
------	-------