

Детский сад		МДОУ детский с д.Среиха	Ясли/Сад		
Прием пищи		Блюдо	Выход, гр	Белки	Жиры
Завтрак		Каша манная молочная жидккая	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 ростительным 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 ростительным 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