

Детский сад	МДОУ детский сад д.Сергиха			
		Ясли/Сад		
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки	Жиры
Завтрак	Запеканка творожная	165/175	21.51	14.65
	Масло сливочное	5/7	0.06	3.08
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98	0.27
	Чай с сахаром	150/180	0.09	0.02
Завтрак2	Яблоко	95/100	0.38	0.38
Обед	Салат из моркови	30/50	0.37	0.03
	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150/200	4.07	3.11
	Тефтели из рыбы	50/70	6.45	2.47
	Пюре картофельное	110/130	2.55	3
	Компот из смеси сухофруктов	150/180	0.07	0
	Хлеб ржаной	30/40	1.08	0.27
Полдник	Булочка домашняя	70/80	5.63	7.27
	Молоко	150/180	4.35	4.8

День	14.05025
------	----------

Углеводы Калорийность

15.593	280.477
--------	---------

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

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

6.76	27.53
------	-------

8.55	40.85
------	-------

3.49	15.76
------	-------

6.13	69.30
------	-------

6.24	74.16
------	-------

14.68	96.29
-------	-------

8.56	33.66
------	-------

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

40.51	249.66
-------	--------

7.05	90
------	----