

Детский сад	МДОУ детский сад д.Сергеиха			
		Ясли/Сад		
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки	Жиры
Завтрак	Омлет натуральный	130/150	10.57	12.38
	Огурец свежий	30/50	0.24	0.03
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98	0.27
	Масло сливочное	5/7	0.06	3.08
	Какао с молоком	150/180	3.15	3.46
Завтрак2	Яблоко	95/100	0.86	0.19
Обед	Салат из свеклы	30/50	0.43	1.83
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150/200	4.51	3.24
	Фрикадельки из птицы или кролика	50/70	7.79	7.26
	Рис отварной с овощами	110/130	2.78	3.64
	Компот из свежих фруктов	150/180	0.052	0.052
	Хлеб ржаной	30/40	1.08	0.27
Полдник	Ватрушка с творогом	70/80	7.72	7.81
	Молоко стерилизованное	150/180	4.35	4.8

День

Углеводы Коларийность

4.2	170.92
0.75	4.2
11.4	59.7
0.08	28.3
9.81	83.86
7.7	42.75
2.51	28.15
11.41	93.55
5.06	116.88
21.89	131.88
7.168	29.84
9.36	44.55
25.86	206.92
7.05	90