

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

День

Жиры	Углеводы	Калорийность
14.65	15.593	280.477
3.08	0.08	28.3
0.27	11.4	59.7
0.02	6.76	27.53
0.38	8.55	40.85
0.03	3.49	15.76
3.11	6.13	69.30
2.47	6.24	74.16
3	14.68	96.29
0	8.56	33.66
0.27	9.36	44.55
7.27	40.51	249.66
4.8	7.05	90