«28» сентября 2024г. утверждаю _____

Наименование блюда	1-3 года					3-7 лет				
	Вес (гр)	Ккал	Б	Ж	У	Вес (гр	Ккал	Б	Ж	У
Завтрак										
1 Омлет натур.	150	289,65	13,93	24,82	2,64	200	386,2	18,58	33,10	3,52
2 Кукуруза конс.										
3 Чай с сахар. с молок	160	80,48	2,53	2,14	12,75	180	90,54	2,84	2,41	14,35
4 Бутерброд с маслом	35	13,01	0,04	1,96	0,05	45	23,15	0,05	2,52	0,07
2 завтрак										
Сок фруктовый	200	84,8	1	0	20,2	200	84,8	1	0	20,2
Обед										
1 Суп с вермишелью	180	82,8	4,03	3,46	7,33	200	92	4,48	3,84	8,14
2 Каша перловая	120	16,5	3,48	5,84	24,68	150	206,25	4,35	7,3	30,85
3 Гуляш мясной	60	98,4	8,02	8,45	1,96	80	131,2	10,69	11,26	2,62
4 Салат из консерв.	40	4	0,32	0,04	0,68	60	6	0,48	0,06	1,02
5 Компот из сух. ягод.	180	120,06	0,43	0,16	29,2	200	133,4	0,48	0,18	32,44
6 Хлеб пшеничн.	25	58,75	1,98	0,25	12,07	30	70,5	2,37	0,3	14,49
7 Хлеб ржаной	20	34,8	1,32	0,24	6,68	25	43,5	1,65	0,3	8,35
Полдник										
1 Молоко	180	96,3	5,22	4,5	8,64	200	107	5,8	5	9,6
2 Вафли	30	179,25	1,5	1,25	36,5	50	179,25	1,5	1,25	36,5
Ужин										
1 Суп с рыб. консервой	180	76,32	1,58	2	11,09	200	84,8	1,76	2,22	12,32
2 Чаек с лимоном	180	48,56	0,09	0	12,6	200	53,96	0,1	0	14
3 Хлеб пшеничн.	25	58,75	1,98	0,25	12,07	30	70,5	2,37	0,3	14,49
4 Хлеб ржаной	20	34,8	1,32	0,24	6,68	25	43,5	1,65	0,3	8,35
5										