

Приём пищи	Наимено вание продукта	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность ккал	
				Б		Ж		У			
12 часовое пребывание											
среда		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша геркулесовая молоч с м.слив.	150	200	4.12	4.6	4.23	5.06	17.99	21.6	146.64	175.01
	Хлеб пшенич. с м.слив./сыром	40/5	45/5	3.25	3.6	5.79	6.03	21.81	24.22	154.2	167.6
	Какао с молоком	150	200	2,48	2,48	2,71	2,71	11,77	13,77	81,9	89,9
Итого за завтрак				9.85	10.68	12.73	13.8	51.57	59.59	382.74	432.11
2-й Завтрак	Сок /н-к из шиповника	80	80	0,4	0,4	-	-	8,0	8,0	36,0	36,0
Обед	Суп карт. клецками курой/кур.б-не	150	200	4.87	5.4	1.93	1.98	25.4	29.1	148.1	165.4
	Ежики кур./мяс./рисов.запек с курой/подливой	160	200	16.168	18.27	14.294	16.49	18.771	24.393	282.94	338.332
	Компот из сухофр	150	200	0,21	0,24	-	-	12.34	14.96	50.2	80.8
	Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,36	0,48	10,2	13,6	54,3	72,4
Итого за обед				23.23	26.55	16.584	18.95	68.691	82.353	534.36	635.392
Полдник	Кондитерка	30	40	2,1	2,8	3,9	5,2	20,1	26,8	123,3	164,8
	Чай слад./с молоком	150	200	2,24	2,24	2,56	2,56	11,76	13,76	78,4	86,4
	Каша манная молоч. с м/сл	100		3.955	-	4.115	-	17.783	-	120.54	-
Итого за полдн				8.295	5.04	10.575	7.76	49.643	40.56	322.24	251.2
Итого за день				46.115	42.67	46.349	40.51	209.764	190.503	1477.34	1354.702

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность ккал	
				Б		Ж		У			
10,5 часовое пребывание											
Среда		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша геркулесовая молоч.см.сл	150	200	4.12	4.6	4.23	5.06	17.99	21.6	146.64	175.01
	Хлеб пшеничный с маслом слив./сыром	40/5	45/5	3.25	3.6	5.79	6.03	21.81	24.22	154.2	167.6
	Какао с молоком	150	200	2,48	2,48	2,71	2,71	11,77	13,77	81,9	89,9
Итого за завтрак				9.85	10.68	12.73	13.8	51.57	59.59	382.74	432.11
2-й Завтрак	Сок /н-к из шиповника	80	80	0,4	0,4	-	-	8,0	8,0	36,0	36,0
Обед	Суп карт.с клецками с курой /кур.б-не	150	200	4.87	5.4	1.93	1.98	25.4	29.1	148.1	165.4
	Ежики кур./мяс//рисов.запеканка с курой и подливой	160	200	16.168	18.27	14.294	16.49	18.771	24.393	282.94	338.332
	Компот из сухофруктов	150	200	0,21	0,24	-	-	12.34	14.96	50.2	80.8
	Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,36	0,48	10,2	13,6	54,3	72,4
Итого за обед				23.23	26.55	16.584	18.95	68.691	82.353	534.36	635.392
Полдник	Кондитерка	30	40	2,1	2,8	3,9	5,2	20,1	26,8	123,6	164,8
	Чай слад.с молоком/слад.	150	200	2,24	2,24	2,56	2,56	11,76	13,76	78,4	86,4
Итого за полдник				4,34	5,04	6,46	7.76	31.86	40.56	202.0	251.2
Итого за день				37.82	42.67	35.774	40.51	160.121	190.503	1155.1	1354.702

