

Возрастная категория: от 2-3 лет, 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в детском саду:
11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность		
		от 2х от 3х	до 3х до 7 лет			
Завтрак	Яйцо вареное	40	40	62,8	62,8	
	Каша геркулесовая вязкая	130	150	96,08	112,07	
	Батон нарезной	20	30	47	71,6	
	Масло сливочное	5	5	39,66	39,66	
	Чай с сахаром	180	200	89,98	101,93	
ИТОГО		375	425	335,52	388,06	
2й завтрак	Яблоко	100	100	47	47	
ИТОГО		100	100	47	47	
Обед	Суп с крупой	150	180	78,75	87,5	
	Рыба тушеная с овощами	70	80	102,2	117	
	Каша гречневая	110	130	168,32	179,54	
	Салат из соленых огурцов	30	50	156,3	180,5	
	Хлеб пшеничный	40	50	94	141	
	Компот из сухофруктов	180	200	102,41	113,63	
ИТОГО		550	690	701,98	819,17	
полдник	Молоко кип.	180	200	166,13	175,63	
	Оладьи со сгущ.мол.	40	50	162,41	185,2	
ИТОГО		220	250	328,54	360,83	
Ужин	Суп молочный с макарон. изд.	180	200	202,3	240,1	
	Хлеб рж.	40	50	57	70,5	
	Чай с сахаром	180	200	89,98	101,93	
ИТОГО		400	450	349,28	412,53	
ИТОГО за день		Б	Ж	У	Ккал	Выход,г
От 1,5х-3х лет		37,31	40,28	195,84	1662,32	1645
От 3х-до 7 лет		47,35	52,59	251,12	1927,59	1915