

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Бутерброд с мясной	20/5	25/5	92.21	106.66
	Каши молочная	180	200	186.21	208.90
	Черничная				
	Какао с молоком	150	180	111.70	134.04
10-00 ч.	Сок	100	100	48.0	48.0
обед	Суп куриный с	180	200	142.2	158
	Вермишелью				
	Жюльен с мясом	180	200	336.87	374.30
	Щи картофельные		40		36.0
	Каша гречневая	150	180	71.0	85.25
	Хлеб пшеничный	30	35	40.08	46.40
	Хлеб ржаной	20	20	46.40	46.40
полдник	Кисель из облепихи	150/20	180/20	87.50/86.0	105/86.0
	Печенье				
ужин	Овощное рагу	180	220	268.78	328.51
	Хлеб	30	30	40.08	40.08
	Чай молочный	150	180	35.83	43.0

Итого калорийность:

1835 / 1913.9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции (г.)		Энерг.ценн. (ккал.)	
		ясли	сад	ясли	сад
завтрак	Суп молочный	180	200	186.21	206.90
	мучнистый				
	бутерброд с маслом	20/5/8	25/5/10	108	135
	и с сыром				
	Каша-й кашиток с маслом	150	180	115	138
10-00 ч.	Сок	100	100	48.0	48.0
обед	Свекольник со сметаной	180	200	125.21	139.13
	Тертая с мясом	120/5	130/5	198.32	214.85
	Тушеное мясное	60	40	145.83	205.14
	Томатный соус	30	30	4.94	4.94
	Ком-т ассорти	150	180	101.25	121.50
	Хлеб мясной	25	30	58.40	70.08
	Хлеб рисовый	15	15	34.80	34.80
полдник	Яблоко	150	150	40.44	40.44
ужин	Бешкет со соусом	140/25	150/30	428.40 ^{65.60}	459.0/98.40
	молочный				
	Чай молочный	150	180	35.83	43.0

Итого калорийность:

1424.53/1989.48