

С.С. Я

Третий день

Наименование блюда	Вес блюда	Наименование блюда	Энергетическая ценность к/кал	Энергетическая ценность к/кал
Завтрак	до 3-х лет	до 7 лет	до 3-х лет	до 7 лет
Каша манная молочная	130	150	146	194
Хлеб пшеничный	20	20	46	46
Сливочное масло	5	5	33	33
Чай	150	180	30	37
Второй завтрак				
Сок фруктовый	150	180	65	77
Итого:	455	535	320	387
Обед				
Суп картофельный с бобовыми	180	200	89	107
Жаркое по-домашнему	150	180	215	278
Морковь тушёная	20	30	13	19
Хлеб пшеничный	20	30	46	69
Хлеб ржаной	15	20	41	54
Компот из с/фруктов	150	180	85	103
Итого:	535	640	489	630
Полдник				
Кондитерские изделия (печенье, пряники)	30	50	158	230
Какао с молоком	180	200	89	105
ИТОГО:	210	250	247	335
Всего:	1200	1425	1056	1352