

3-7 лет 1,5-3 3-7

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет		3-7 лет		1,5-3 лет		3-7 лет		1,5-3 лет		3-7 лет	
		лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет		
День 18		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы			
з а в т р а к	Капша "Дружба"	150	200	132	175,00	3,7	5,00	4,4	5,90	19,8	26,40		
	Какао с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90		
	Батон/масло	20/6	30/9	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52		
	10-00 Сек	160	200	73,6	92,00	0,8	1,00	0	-	16,16	20,20		
Итого за завтрак:				398,32	525,58	9	12,27	12,14	17,05	63,48	85,02		
о б е д	Куриный бульон с гречками	180	200	141,6	157,30	10,7	11,88	10,8	12,00	0,5	0,55		
	Макаронь	130	150	163	188,00	4,6	5,31	3,27	3,77	28,09	32,41		
	Суфле из кури	60	70	152	178,00	13,5	15,70	10,2	11,90	1,7	2,00		
	Хлеб крестьянский	30	35	70,8	82,60	2,31	2,69	0,28	0,33	14,37	16,77		
	Хлеб Чусовской	30	35	67,5	78,50	2,16	2,52	0,29	0,45	13,35	15,57		
	Комплт из кураги	150	180	38,7	46,44	0,45	1,08	0	-	9,7	11,64		
	Соус том сметан.	20	30	18	26,00	0,2	0,40	1,5	2,20	0,9	1,30		
	Салат капуста с морковью	50	60	52	63,00	0,8	1,00	3,3	4,00	5,9	7,10		
Итого за обед:				685,6	793,84	34,52	40,18	28,14	32,45	73,61	86,04		
п о л д н и к	Запек. творож. с изюм и сгущ. молоком	100/20	120/25	250,16	303,50	17,55	21,13	11,27	13,62	28,29	34,51		
	Чай с сахаром	150	180	26	35,00	0,03	0,04	0,01	0,01	6,82	9,18		
Итого за полдник:				276,16	338,5	17,58	21,17	11,28	13,63	35,11	43,69		
Итого за день:				1360,08	1657,92	61,1	73,62	51,56	63,13	172,2	214,75		