

Примечания	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 19		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Каша геркулесовая	150	200	151	202,00	4,79	6,38	5,56	7,41	20,4	27,20
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71	2,16	2,59	10,02	12,02
	Батон/масло	204	309	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Фрути	160	185	73,6	85,10	0,64	0,74	0,48	0,55	16,48	19,05
Итого за завтрак:				383,32	504,68	9,29	12,23	13,33	18,22	57,24	73,79
Обед	Суп овощной	180	200	59	87,00	1,2	1,50	2,4	5,20	9	9,80
	Пюре картофельное	130	150	117	135,00	2,7	3,10	3,7	4,20	19,4	22,30
	Котлета из говядины	60	70	125	146,00	8,5	10,00	8,3	9,70	3,9	4,50
	Салат из свежих огурцов	70	85	71,84	87,64	0,95	0,62	7,07	8,59	1,6	1,94
	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
	Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	Итого за обед:			583,71	713,5	18,05	20,74	22,05	28,48	79,9	95,25
Ужин	Пирожок с морковью	70	70	249,18	249,18	6,83	6,83	9,9	9,90	0,79	0,79
	Чай с лимоном	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	8,42	10,10
Итого за ужин:				295,18	304,18	7,88	8,09	10,96	11,18	9,21	10,89
Итого за день:				1262,21	1522,36	35,22	41,06	46,34	57,88	146,35	179,93