

Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества					Витамин
	10,5 час	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
ЗАВТРАК	ВЫХОД						
Саша пшенная молочная с маслом	200,3	8	6,6	26	195		
Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65		
Бутерброд с сыром, маслом	25/7,3	4	6	12,83	122		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	12	53,2		
ОБЕД							
Салат из свежих огурцов	50	0,37	3	1,2	33,5		
Суп гречневый с карт. с кур	200,6	3,5	7,8	19,7	163		
Гуляш из куриной грудки	45/45	7,56	5,7	3	130		
Рис отварной с овощами	130	5,5	5	23	159		
Компот из сухофруктов	180	0,18	0,1	25,8	89		
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
ПОЛДНИК							
Ватрушка с сыром	50	4	5,6	44	237,6		
Молоко кипяченое	110	3,19	2,75	4,62	59		
Омлет натуральный	150/20	9	12,5	24	245		
Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,06	0,02	4,99	20		
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47		
медсестра	Мухоморова И.А.						

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ	Пищевые вещества					Витамин
		10,5 час	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	ВЫХОД						
1	Каша пшенная молочная с маслом	150,3	5,8	4,5	16,2	128		
2	Кофейный напиток с молоком	165,7	1	1,2	10	55		
3	Бутерброд с сыром, маслом	25/5,3	3,5	5,95	12,9	119,6		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты свежие	85	0,34	0,34	10,2	45		
	ОБЕД							
1	Салат из свежих огурцов	30	0,22	1,8	0,72	20		
2	Суп гречневый с карт. с кур	150/10	2,9	6,4	10,27	110,3		
3	Гуляш из куриной грудки	40/40	5,9	6	7,2	106		
4	Рис отварной с овощами	110	4,4	4	17,8	125		
5	Компот из сухофруктов	150	0,15	0,1	21,5	87		
6	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
	ПОЛДНИК							
1	Ватрушка с сыром	40	3,2	4,4	35	192		
2	Молоко кипяченое	100	3	2,5	4,2	55,6		
3	Омлет натуральный	100/10	5,82	8,1	15,53	158		
4	Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18		
5	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,8	47		
Старшая медсестра	Мухоморова И.А.							