

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
День 20		ясли		сад		
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150	159,3	200	203,5	
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25	79,9	28	99,8	
	Какао с молоком	180	81,4	180	81,4	
II завтрак	Фрукты свежие (банан)	100	90,7	100	94,5	
обед	Салат из свежих огурцов					
	Суп с рыбными фрикадельками					
	Жаркое по-домашнему из мяса говядины					
	Кисель витаминизированный					
	Хлеб пшеничный					
	Хлеб ржаной					
полдник	Кондитерские изделия (вафли)	40	216,4	50	270,5	
	Чай с лимоном и сахаром	180	30,7	200	34,6	
ужин	Плов фруктовый с морковью и изюмом	180	233,5	210	270,5	
	Компот из сухофруктов	180	61,8	200	69,9	
	Хлеб пшеничный	40	93,8	40	93,8	