

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
<b>День 3</b>		<b>ясли</b>		<b>сад</b>		
<b>завтрак</b>	Суфле творожное со сгущенным молоком	150	263,7	180	352,4	
	Чай	180	0,8	180	46,9	
	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9	
<b>II завтрак</b>	Сок фруктовый	200	86,6	200	86,6	
<b>обед</b>	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	25,7	60	38,9	
	Борщ со сметаной	155	47,5	208	139,5	
	Шницель рыбный	70	89,9	80	107,6	
	Соус томатно-сметанный	10	7,8	20	12,6	
	Картофельное пюре	130	119,9	150	139,5	
	Кисель фруктовый	150	52,4	180	62,9	
	Хлеб пшеничный	30	70,3	40	93,8	
	Хлеб ржаной	30	58,7	40	78,2	
<b>полдник</b>	Кондитерские изделия (печенье)	40	166,3	60	249,5	
	Компот из свежих яблок	180	36,3	200	41,6	
<b>ужин</b>	Каша молочная "Дружба"	180	185,3	200	203,5	
	Батон	35	91,6	40	104,7	
	Сыр твердых сортов порционно	8	28,7	10	35,8	
	Какао с молоком	180	81,4	200	90,1	