

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
День 4		ясли		сад		
завтрак	Каша пшеничная молочная	150	141,3	200	185,6	
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25	79,9	28	99,8	
	Чай с молоком	180	69,6	180	69,9	
II завтрак	Сок фруктовый	200	86,6	200	86,6	
обед	Салат из свежих помидоров	40	27,5	60	41,3	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	68	200	89,7	
	Голубцы ленивые в томатно-сметанном соусе	200	234	200	260,5	
	Компот из замороженных ягод	150	35,3	180	41,6	
	Хлеб пшеничный	20	46,9	40	93,8	
	Хлеб ржаной	30	58,7	40	78,2	
полдник	Сочник с творогом	60	143,5	80	198,9	
	Молоко кипяченое	150	72,3	200	96,4	
ужин	Картофель тушеный	180	177,6	220	216,7	
	Кисель витаминизированный	180	61,6	200	68,4	
	Кондитерские изделия (вафли)	20	108,2	20	108,2	
	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9	