

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	
День 7		ясли		сад		
завтрак	Омлет с зеленым горошком	150	197,3	180	238	
	Сыр твердых сортов порционно	8	28,7	10	35,8	
	Хлеб пшеничный	20	46,9	30	70,3	
	Чай с сахаром	180	26,2	180	26,2	
II завтрак	Фрукты свежие (банан)	100	90,7	100	94,5	
обед	Салат из свежих огурцов	40	23,6	60	35,4	
	Суп рыбный "Уха"	180	93,3	200	109,4	
	Биточки мясные	60	137,1	70	164	
	Соус красный основной	10	5,2	20	9,5	
	Макароны отварные	100	118,7	120	143	
	Компот из сухофруктов	150	51,5	180	61,8	
	Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9	
полдник	Хлеб ржаной	20	39,1	40	78,2	
	к.м. продукция "Снежок"	150	114,8	200	153	
ужин	Булочка с сахаром	50	138,3	70	188,6	
	Картофель тушеный с печенью	180	211,2	200	265,3	
	Напиток витаминизированный	180	45,9	200	53	
	Хлеб пшеничный	40	93,8	50	117,5	