

**ДЕНЬ ПЕРВЫЙ** (ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ, ВОСПИТАННИКИ до 3-х лет)

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная жидкая	150	5.07	7.815	19.4	168.7	0.6
Хлеб пшеничный	35	2.15	0.8	14.6	75	0.00
Чай с сахаром	150	0.1	0.02	4.6	18.0	0.00
<b>Итого за прием</b>	<b>335</b>	<b>14.63</b>	<b>8.635</b>	<b>38.6</b>	<b>261.7</b>	<b>0.6</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47	10
<b>Итого за прием</b>	<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.4</b>	<b>9.8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с домашней лапшой	150	1.7	1.7	10.7	66.0	4.2
Плов из говядины	100/50	15.6	15.2	23.1	294	1.39
Компот из смеси сухофруктов	150.0	0.7	0.04	20.6	82.0	0.24
Хлеб пшеничный	35	2.15	0.8	14.6	75	0.00
<b>Итого за прием</b>	<b>485</b>	<b>18.45</b>	<b>17.74</b>	<b>69</b>	<b>517</b>	<b>5.83</b>
<b>Полдник</b>						
Какао с молоком	150	2.4	2.3	10.2	69	0.39
Яйцо куриное отварное	20	2.6	2.4	1.0	31.4	0.00
<b>Итого за прием</b>	<b>170</b>	<b>5</b>	<b>4.7</b>	<b>11.2</b>	<b>100.4</b>	<b>0.39</b>

**ДЕНЬ ПЕРВЫЙ** (ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ, ВОСПИТАННИКИ с 3-х до 7-ми лет)

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная жидкая	250	8.45	13.025	32.3	281.17	1.05
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	19.88	90.4	0.00
Чай с сахаром	200	0.1	0.03	9.1	25	0.00
<b>Итого за прием</b>	<b>490</b>	<b>11.59</b>	<b>13.415</b>	<b>61.28</b>	<b>396.57</b>	<b>1.05</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47	10
<b>Итого за прием</b>	<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.4</b>	<b>9.8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с домашней лапшой	200	2.3	2.2	14.3	88.0	5.28
Плов из говядины	133/67	20.8	20.2	30.8	392	1.39
Компот из смеси сухофруктов	150.0	0.7	0.04	20.6	82.0	0.24
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.36	19.88	90.4	0.00
<b>Итого за прием</b>	<b>485</b>	<b>18.45</b>	<b>17.74</b>	<b>69</b>	<b>517</b>	<b>5.83</b>
<b>Полдник</b>						
Какао с молоком	200	3.2	3.1	10.2	93	0.52
Яйцо куриное отварное	20	2.6	2.4	1.0	31.4	0.00
<b>Итого за прием</b>	<b>220</b>	<b>5</b>	<b>5.5</b>	<b>11.2</b>	<b>124.4</b>	<b>0.52</b>