



4 день

прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Фото
		сад	Энергетическая ценность (ккал)	
завтрак	Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр)	28	99,8	
	Каша молочная пшенная (200гр)	200	185,6	
	Чай с молоком (180гр)	180	69,6	

2 завтрак	Сок фруктовый	200	86,6	
------------------	----------------------	------------	-------------	-------------------------------------------------------------------------------------

обед	Салат из свеклы с зеленым горошком (60гр)	60	63,2	
	Суп картофельный с макаронными изделиями (200гр)	200	89,7	
	Голубцы ленивые в томатно-сметанном соусе (220гр)	220	260,5	
	хлеб ржаной	40	78,2	
	хлеб пшеничный	30	70,3	
	Компот из замороженных ягод (180гр)	180	41,6	

ПОЛДНИК	Молоко кипяченое (200гр)	200	96,4	
	Сочник с творогом (80гр)	80	198,9	

ужин	Картофель тушеный (220гр)	220	216,7	
	Кисель витаминизированный (200гр)	200	68,4	
	Кондитерские изделия (пряники)	20	108,2	
	хлеб пшеничный	20	46,9	
	соль за весь день	3		

