

10 день				1-Белки	2-Жиры	3-Углеводы	4-Калории	
Сад (10,5)	Завтрак	0-Макароны с сыром	150	8	10	32	251	
		1-Какао с молоком	200	4	3	22	130	
		2-Хлеб пшеничный	30	2	1	15	79	
	Завтрак всего				14	14	69	460
	Обед	0-Пюре картофельное	160	3	5	24	158	
		1-Хлеб ржаной	60	3	1	28	132	
		2-Рассольник домашний со сметаной В.1	200//4	2	5	12	104	
		3-Биточки детские	70	12	12	8	191	
		4-салат "Агеньчык" со сметаной	50	1	1	4	33	
		5-Сок	200	1	0	20	92	
		6-Фрукты (яблоко)	150	1	1	15	68	
	Обед всего				23	25	110	777
	Полдник	0-Яичная кашка В.1	80	9	10	2	134	
		1-Чай с сахаром В.2	190//10	0	0	10	38	
5-Хлеб пшеничный		50	4	1	25	132		
Полдник всего				12	12	37	304	
Сад (10,5) всего				50	51	216	1541	
Ясли (10,5)	Завтрак	0-Макароны с сыром	110	6	7	23	184	
		1-Какао с молоком	150	3	2	16	97	
		2-Хлеб пшеничный	20	2	1	10	53	
	Завтрак всего				10	10	50	334
	Обед	0-салат "Агеньчык" со сметаной	40	1	1	4	26	
		1-Рассольник домашний со сметаной В.1	150//3	1	4	9	78	
		2-Биточки детские	50	9	9	5	137	
		3-Пюре картофельное	100	2	3	15	99	
		4-Хлеб ржаной	40	2	0	18	88	
		5-Сок	200	1	0	20	92	
		8-Фрукты (яблоко)	150	1	1	15	68	
	Обед всего				17	18	86	587
	Полдник	0-Яичная кашка В.1	80	9	10	2	134	
		1-Молоко	150	4	4	7	81	
5-Хлеб пшеничный		30	2	1	15	79		
Полдник всего				15	15	24	295	
Ясли (10,5) всего				42	43	160	1215	

	Сад (10,5)	Ясли (10,5)
Белки	12,87	13,87
Жиры	29,57	31,8
Углеводы	56,14	52,75