

3 день				1-Белки	2-Жиры	3-Углеводы	4-Калории
Сад (10,5)	Завтрак	0-Каша жидкая молочная "Геркулес"	160	6	7	21	173
		1-Сыр (порциями)	20	5	6	0	72
		2-Какао с молоком	200	4	3	22	130
		3-Хлеб пшеничный	25	2	1	13	66
	Завтрак всего			<b>16</b>	<b>17</b>	<b>56</b>	<b>441</b>
	Обед	0-Салат "Агеньчык" В.1	50	1	4	4	55
		1-Борщ с картофелем со сметаной В.1	200//4	2	4	12	97
		2-Котлеты (биточки) рыб. (минт.)	50	7	5	8	102
		3-Пюре картофельное	150	3	5	22	148
		4-Сок	200	1	0	20	92
	5-Хлеб ржаной	40	2	0	18	88	
	Обед всего			<b>16</b>	<b>18</b>	<b>86</b>	<b>582</b>
	Полдник	2-Манник с повидлом	150//15	9	8	52	309
		3-Молоко	200	6	5	10	108
		5-Фрукты (яблоко)	180	1	1	18	81
	Полдник всего			<b>15</b>	<b>13</b>	<b>79</b>	<b>498</b>
Сад (10,5) всего				<b>47</b>	<b>48</b>	<b>221</b>	<b>1521</b>
Ясли (10,5)	Завтрак	0-Каша жидкая молочная "Геркулес"	150	5	7	20	162
		1-Сыр (порциями)	15	3	4	0	54
		2-Хлеб пшеничный	25	2	1	13	66
		3-Какао с молоком	150	3	2	16	97
	Завтрак всего			<b>14</b>	<b>14</b>	<b>49</b>	<b>380</b>
	Обед	0-Борщ с картофелем со сметаной В.1	150//3	1	3	9	73
		1-Пюре картофельное	100	2	3	15	99
		2-Котлеты (биточки) рыб. (минт.)	50	7	5	8	102
		3-Салат "Агеньчык" В.1	40	1	3	4	44
		4-Хлеб ржаной	30	1	0	14	66
	5-Сок	150	1	0	15	69	
	Обед всего			<b>13</b>	<b>14</b>	<b>65</b>	<b>453</b>
	Полдник	3-Манник с повидлом	130//9	8	7	42	258
		3-Молоко	180	5	5	9	97
		4-Фрукты (яблоко)	150	1	1	15	68
	Полдник всего			<b>13</b>	<b>12</b>	<b>66</b>	<b>423</b>
Ясли (10,5) всего				<b>41</b>	<b>40</b>	<b>180</b>	<b>1255</b>

	Сад (10,5)	Ясли (10,5)
Белки	12,47	12,92
Жиры	28,39	28,76
Углеводы	58,07	57,25