

9 день				1-Белки	2-Жиры	3-Углеводы	4-Калории
Сад (10,5)	Завтрак	<b>0-Запеканка из творога (манка) В.1 с соусом молоч.слад.</b>	120//30	26	13	26	324
		<b>1-Бутерброд с маслом</b>	40	2	8	15	145
		<b>2-Кофейный напиток с молоком В.1</b>	200	4	3	17	99
	Завтрак всего			<b>33</b>	<b>23</b>	<b>58</b>	<b>568</b>
	Обед	<b>1-Щи из свежей капусты со сметаной</b>	200//4	2	2	5	48
		<b>2-Котлеты рублен.из ц/б В.2</b>	80	13	15	13	214
		<b>3-Овощи в молочном соусе</b>	150	4	3	16	111
		<b>4-Отвар шиповника с сахаром В.1</b>	200	1	0	30	133
		<b>5-Хлеб ржаной</b>	40	2	0	18	88
	Обед всего			<b>21</b>	<b>21</b>	<b>82</b>	<b>594</b>
	Полдник	<b>1-Хлеб ржаной</b>	20	1	0	9	44
		<b>4-Молоко</b>	200	6	5	10	108
		<b>5-Запеканка картофельная с овощами</b>	150	4	5	27	169
	Полдник всего			<b>11</b>	<b>10</b>	<b>45</b>	<b>321</b>
Сад (10,5) всего				<b>65</b>	<b>54</b>	<b>185</b>	<b>1484</b>
Ясли (10,5)	Завтрак	<b>0-Запеканка из творога (манка) В.1 с соусом молоч.слад.</b>	100//20	22	10	20	263
		<b>1-Хлеб пшеничный</b>	20	2	1	10	53
		<b>2-Кофейный напиток с молоком В.3</b>	150	3	2	13	75
	Завтрак всего			<b>26</b>	<b>13</b>	<b>43</b>	<b>390</b>
	Обед	<b>1-Щи из свежей капусты со сметаной</b>	150//3	1	2	4	36
		<b>2-Котлеты рублен.из ц/б В.2</b>	70	11	13	11	187
		<b>3-Овощи в молочном соусе</b>	120	3	3	13	89
		<b>4-Отвар шиповника с сахаром В.1</b>	150	1	0	22	99
		<b>5-Хлеб ржаной</b>	30	1	0	14	66
	Обед всего			<b>18</b>	<b>18</b>	<b>64</b>	<b>478</b>
	Полдник	<b>0-Запеканка картофельная с овощами</b>	120	3	4	21	135
		<b>1-Хлеб ржаной</b>	20	1	0	9	44
		<b>2-Молоко</b>	150	4	4	7	81
	Полдник всего			<b>9</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	<b>260</b>
Ясли (10,5) всего				<b>52</b>	<b>38</b>	<b>145</b>	<b>1129</b>

	Сад (10,5)	Ясли (10,5)
Белки	17,55	18,58
Жиры	32,81	30,33
Углеводы	49,93	51,29

	Сад (10,5)	Ясли (10,5)
<b>Завтрак</b>	24,9	22,5
<b>Обед</b>	26	27,5
<b>Полдник</b>	14,1	15