

18.07.25

Утверждаю

Козлова Л.А.



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 1-3 года	Масса порции 3-7 лет	Энерг. ценн. (ккал)
10 день			
Завтрак			
Омлет	150	150	120,0 160,0
Кофейный напиток с молоком	180	180	85,0 102,0
Хлеб пшеничный с маслом	30/10	30/10	82,6 117,86
Всего, ккал за завтрак			323,6 434,0
2-й завтрак			
Напиток из шиповника	100	100	76,0 92,0
Всего, ккал за завтрак			76,0 92,0
Обед			
Суп рыбный из консервов	180	200	92,1 115,1
Овощное рагу с мясом	180	220	130,4
Компот из сухофруктов	150	180	103,9 124,7
Хлеб	40	50	67,6 84,5
Всего, ккал за обед			554,2 662,9
Уплотненный полдник			
Плюшка с сахаром	80	80	193,5 193,5
Чай с сахаром	150	180	42,0 50,4
Всего, ккал за полдник			268,6 386,2
Всего, за день			1405,9 1838,1

126-83