

3й день	Наименование блюд	До 3-х лет					От 3-х до 7 лет			
		выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у
Завтрак	Яйцо вареное	40	5,	4,6	0,28	62,8	40	5	4,6	0,2
	Макароны с овощами	120/30	5,52	5,29	35,32	211,1	160/40	7,36	7,06	47,
	Чай с сахаром	150	0.09		9,03	36,48	200	0,12		12,
	Хлеб пшеничный с маслом	30	2,21	0,9	14,94	78,6	40	2,9	1,2	19,
			12,82	10,79	59,57	388,98		15.38	12,86	79,
2-й завтрак	Сок	180	0,10	0,13	11,30	46	180	0,10	013	11,
Обед	Салат овощной	40	0,4	2,46	1,5	29,58	50	0,4	2,46	1,5
	Суп с фрикадельками	150	5,58	4,38	10,75	104,7	200	7,44	5,85	14,
	Рыба тушеная с овощами	60	6,21	3,43	3,20	68,60	80	8,28	4,58	4,2
	Пюре картофельное	120	2,34	4,44	17,08	117,66	150	2,55	4,84	18,
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52	40	2,64	0,48	13,
	Компот с\ф	150	042		20,91	85,34	200	0,56		27,
			17,03	15,2	74,76	503,88		21,97	18,34	91,
Полдник	Печенье	50	1,5	2,36	14,98	83,4	50	1,5	2,36	14,
	Какао на молоком	150	2,82	2,94	19.46	115,44	200	3.77	3,93	25,
		200	4,32	5,3	34,44	198,84	250	7,87	6,29	112,
ужин	Каша молочная геркулесовая, сладкая	150	4,63	6,51	18,65	151,74	200	5.21	6,38	38,
	Чай	180	0,09		9,03	36.48	200	0,12		12,
	хлеб	70	4,5	0,6	29,59	142,8	50	3,3	0,43	21,
Всего			7,74	6,51	57,27	331,02		8.63	6.81	71,
			41,91	37,8	226.4	1422,7		53.85	44,30	354,