

Всего: 1000 ккал
 1000 ккал
 А. А. Тихонов

Итого: 1000 ккал
 1000 ккал
 1000 ккал

№	Наименование	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
---	--------------	--------------	-------	------	----------	------------------------------

Дети 1-4 лет

№	Наименование	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
1	Жирное по домашнему	150/4	7,21	4,64	12,60	200
2	Молоко	100	9,55	9,14	6,58	120
3	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	10,21	42
4	Хлеб пшеничный с маслом	50/10	2,41	6,75	12,53	120
5						
6	Итого					436

Овс. 1-4 лет дети с овс

№	Наименование	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
1	Суп картофельный с капустой	200	4,75	3,35	15,62	111
2	Рис с овощами	130	6,89	6,25	1,20	87
3	Котлета рыбная	60	2,51	2,89	20,25	117
4	Компот из вишни	200				
5	Хлеб пшеничный	50	1,64	1,3	39	234
6	Хлеб ржаной	70	3,47	1,33	17,07	95
7	Итого					925
Энергетическая ценность питания за день по категориям						

ЗАВТРАК



ОБЕД

