

## Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
130	<b><i>Каша рисовая вязкая</i></b>	Калорийность-182
150	<b><i>Какао с молоком</i></b>	Калорийность-135
30	<b><i>Хлеб пшеничный</i></b>	Калорийность-71
15	<b><i>Джем</i></b>	Калорийность-36
<b>Итого за Завтрак1</b>		Калорийность-423
<b><u>Обед</u></b>		
150	<b><i>Суп овощной</i></b>	Калорийность-64
110	<b><i>Макаронник с мясом</i></b>	Калорийность-309
150	<b><i>Компот из сухофруктов</i></b>	Калорийность-81
40	<b><i>Хлеб ржаной</i></b>	Калорийность-70
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-523
<b><u>Полдник</u></b>		
40	<b><i>Свежие помидоры</i></b>	Калорийность-8
60	<b><i>Котлета рыбная любительская</i></b>	Калорийность-64
150	<b><i>Чай с лимоном</i></b>	Калорийность-46
30	<b><i>Хлеб пшеничный</i></b>	Калорийность-71
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-188
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 134

## Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
--------------	--------------------	--

### Завтрак1

<b>150</b>	<b><i>Каша рисовая вязкая.</i></b>	Калорийность-210
<b>180</b>	<b><i>Какао с молоком.</i></b>	Калорийность-148
<b>40</b>	<b><i>Хлеб пшеничный</i></b>	Калорийность-94
<b>20</b>	<b><i>Джем.</i></b>	Калорийность-48

**Итого за Завтрак1** Калорийность-499

### Обед

<b>180</b>	<b><i>Суп овощной.180</i></b>	Калорийность-78
<b>125</b>	<b><i>Макаронник с мясом.</i></b>	Калорийность-351
<b>180</b>	<b><i>Компот из сухофруктов.</i></b>	Калорийность-97
<b>50</b>	<b><i>Хлеб ржаной.</i></b>	Калорийность-87
<b>1000</b>	<b><i>Соль</i></b>	
<b>7</b>	<b><i>Петрушка сушеная</i></b>	
<b>6</b>	<b><i>Укроп</i></b>	
<b>10</b>	<b><i>Лавровый лист</i></b>	

**Итого за Обед** Калорийность-613

### Полдник

<b>50</b>	<b><i>Свежие помидоры.</i></b>	Калорийность-10
<b>70</b>	<b><i>Котлета рыбная любительская.70</i></b>	Калорийность-74
<b>180</b>	<b><i>Чай с лимоном.</i></b>	Калорийность-55
<b>40</b>	<b><i>Хлеб пшеничный</i></b>	Калорийность-94

**Итого за Полдник** Калорийность-233

**Итого за** Калорийность-1 346