

Прием пищи (сад)	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200	7,51	8,34	30,44	227	0,9
	Хлеб пшеничный	30	2,25	7,55	14,62	136	
	Чай с лимоном	200	0,1		11,7	48,1	0,8
Итого:			9,86	15,89	56,76	411,1	1,7
ОБЕД	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	250/11	1,89	2,52	15,49	93,28	9,55
	Тефтели из говядины	70	19,33	8,18	6,04	175,1	1
	Гречка	150	6,15	7,77	30,67	250	
	Хлеб пшеничный	40	2,25	7,55	14,62	136	
	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,16	23,88	97,6	1,72
Итого:			29,78	26,18	90,7	751,98	12,27
Полдник	Банан	100	0,9	0,3	4,8	57	6
Ужин	Гренки	180	3,17	3,2	11,98	89,48	
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	140	1,43
Итого:			6,84	6,39	27,8	196,48	1,43
Итого за второй день			47,38	48,76	180,06	1416,56	21,4