



✓  Марьина О.М

Наименование	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)	Выход в граммах	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Сад	Сад	Ясли	Ясли
Каша манная молочная	180	151.3	150	131.2
Какао на сгущенном молоке	180	100	150	83.3
Батон нарезной	20	141.63	20	141.63
Повидло яблочное	6	187.92	6	187.92
Второй завтрак				
Напиток из плодов шиповника	130	49.24	130	49.24
Печенье	10	12.5	10	12.5
Обед				
Морковь тушеный	20	15.5	30	25.8
Суп гороховый на м/б (свинина) с гренками	180	120.42	150	100.35
Плов с отварной свинины	120	189.0	100	157.0
Компот из сухофруктов	200	90.0	180	81.0
Хлеб ржано - пшеничный	35	118.0	25	113.0
Уплотненный полдник				
Кукуруза консервированная тер. обр	20	1.9	30	1.9
Омлет натуральный	120	113.6	100	94.6
Чай с сахаром	180	43.0	150	30
Хлеб пшеничный	35	105.63	25	90.54