

Вівторок 4 тиждень										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Гратен "зебра"	116	155	15,06	19,14	10,82	13,95	9,88	19,84	199,51	283,03
Каша пшенична	90	113	2,44	3,05	1,71	2,14	15,12	18,90	86,92	108,65
Сливи	60	80	0,50	0,60	0,00	0,00	6,10	8,10	26,00	34,00
Йогурт	100	125	3,60	4,50	1,35	1,88	12,87	17,88	81,00	112,50
Всього за сніданок:			21,60	27,29	13,88	17,97	43,97	64,72	393,43	538,18
Обід:										
Суп гороховий з грінками	150/20	200/20	5,78	7,00	4,24	4,85	23,58	28,12	156,04	184,27
Картопляне пюре	91	114	2,01	2,51	2,12	2,65	14,53	18,16	84,50	105,63
Рулет рибний	55	82	8,20	12,20	3,60	5,40	4,10	6,20	81,00	122,00
Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	60	80	0,70	0,90	2,10	2,10	3,60	4,80	34,00	40,00
Компот із свіжих фруктів	120	160	0,40	0,50	0,10	0,20	15,40	20,50	62,00	82,00
Всього за обід:			17,09	23,11	12,16	15,20	61,21	77,78	417,54	533,90
Вечеря:										
Каша гречана	82	103	4,24	5,37	2,56	3,20	21,20	26,58	125,45	157,23
Курячий шніцель	45	60	10,30	13,80	3,10	4,20	6,60	8,80	97,00	129,00
Салат з капусти	50	70	0,80	1,10	2,00	2,60	2,70	3,90	30,00	41,00
Фрукти свіжі яблука	30	40	0,12	0,16	0,12	0,16	3,12	4,16	13,50	18,00
Чай з лимоном	150	180	0,08	0,10	0,01	0,01	0,39	0,47	2,97	3,63
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Всього за вечерю :			17,64	22,63	10,19	12,57	43,91	53,81	340,02	419,96
Всього за день :			56,33	73,03	36,23	45,74	149,09	196,31	1150,99	1492,04