

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал.)		Витамин С. (мг.)	
				белки		жиры		углеводы					
День 2		если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад	если	сад
завтрак	Каша овсяная молочная	150	200	3,75	5	6,15	8,2	22,72 5	30,3	161,25	215	0,165	0,22
	Бутерброд с маслом, сыром	20/4/8	30/5/10	1,54	2,3	3,46	4,36	9,75	14,62	78	108	0	0
	Кофейный напиток с молоком	150	180	1	1,2	1,08	1,3	10,83	13	75	90	0,83	1,17
2	Витаминизированный напиток «Витоша»	150	180	0	0	3,72	3,72	40,18	40,18	43,9	43,9	13	13
завтрак	Салат из репчатого лука с зеленым горошком	30	40	0,7245	0,966	2,3355	3,114	3,78	5,04	41,179 5	54,906	4,95	6,6
	суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	4,16	5,2	1,84	2,3	10,4	13	100,78	127,975	18,765	23,4563
	Плов из курятины	100/44,5	130/57,8	11,297	17,38	12,259	18,86	9,737	14,98	194,62 3	299,42	6,331	9,74
	Компот из сушеных фруктов	150	200	0	0	0	0	13,5	18	46,5	60	0	0
полдник	Хлеб пшеничный	30	50	1,842	3,07	0,642	1,07	12,558	20,93	64,329	107,215	0	0
	хлеб ржаной	50	60	3	3,6	0,5	0,6	22,165	26,598	94,5	119,4	0	0
	чай с сахаром	150/9	180/12	0	0	0	0	8,98	11,98	30	43	0	0
	Капуста тушеная	150	180	6,812	8,384	7,085	8,72	21,521 5	26,488	186,74 5	229,84	0,0325	0,04
Итого 2 день				34,1255	47,1	39,0715	52,244	207,12 65	235,11 6	1116,8 065	1498,656	44,073 5	54,2263