

Дата: 3.04.15

Завтрак

	Граммы /ясли	Калорийность	Граммы/сад	Калорийность
1 Кашира манная	150	161,0	200	197,0
2 Чаш	120	29,2	150	36,5
3 Хлеб мякишковый	24	65,8	52	87,7
4 с маслом	4	30,0	5	37,5
5				
6				

Итого за завтрак:

Второй завтрак

1 Печенье	16	58,5	16	58,5
2				

Обед

1 Суп грасселевский на м/б	150	98,1	200	130,8
2 Хлеб с курагой	140	251,3	150	269,3
3 Хлеб ржаной	32	52,8	40	66,6
4 сок фруктовый	100	50,0	118	58,7
5				
6				

Итого за обед:

Полдник

1 Омлет	80	103,8	80	118,7
2 Хлеб мякишковый	24	65,8	52	87,7
3 Кошкос с/т	120	56,6	150	70,7
4				
5				
6				

Итого за полдник:

Итого за день:

Дата: