



**(7-10 (10 дней))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
220	<b>Жаркое по-домашнему (филе птицы)</b>	Калорийность-344, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-18
100	<b>Сок</b>	Калорийность-18, Углеводы-4
200/10	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-63, Углеводы-16
70	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	Калорийность-160, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-32
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-585, Белки-33, Жиры-16, Углеводы-70
<u>Обед</u>		
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей</b>	Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-20
180	<b>Рагу из овощей с мясом</b>	Калорийность-130, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-18
200	<b>Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства</b>	Калорийность-55, Углеводы-14
50	<b>Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
30	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	Калорийность-68, Белки-3, Углеводы-14
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-451, Белки-22, Жиры-7, Углеводы-86
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 036, Белки-55, Жиры-23, Углеводы-156

*Рисин*

**(11-18 (10 дней))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	<u>Завтрак</u>	
220	Жаркое по-домашнему (филе птицы)	Калорийность-344, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-18
200	Сок	Калорийность-35, Углеводы-8
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-63, Углеводы-16
70	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-160, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-32
	<b>Итого за Завтрак</b>	Калорийность-602, Белки-33, Жиры-16, Углеводы-74
	<u>Обед</u>	
250	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-20
200	Рагу из овощей с мясом	Калорийность-144, Белки-15, Жиры-6, Углеводы-20
200	Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства	Калорийность-55, Углеводы-14
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
	<b>Итого за Обед</b>	Калорийность-488, Белки-24, Жиры-8, Углеводы-92
	<b>Итого за день</b>	Калорийность-1 090, Белки-57, Жиры-24, Углеводы-166

*Диски*



