

Дата/01.09.2021 наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (г/кал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша ячневая	160	180	140	157,5
	Чай с лимоном	150	180	46,2	55,44
	Бутерброд с маслом с сыром	30/4/9	34/5/10	144,98	165,21
СОК		99	100	45,54	46
ОБЕД	С-т из свежих огурцов и помидоров	30	50	17,31	28,85
	Суп куриный из овощей со сметаной	150	200	65,71	87,61
	Плов из курицы	160	200	331,2	414
	Хлеб ржано-пшеничный	32	32	55,68	55,68
	К-т из яблок и изюма	150	180	45,51	54,61
УЖИН	Зап-ка картофельная с овощами	160	200	157,12	196,4
	Соус томатный	25	30	15,01	18,01
	Хлеб пшеничный	30	34	70,5	79,9
	Простокваша	120	133	56,71	62,85
	Бананы	96	100	85,44	89