|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата 20.09.2021**  **наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | | **Калорийность**  **порции (г/кал)** | |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
|  | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | **Каша манная** | **160** | **180** | **149,61** | **168,32** |
| **Чай с лимоном** | **150** | **180** | **46,2** | **55,44** |
| **Бутерброд с маслом** | **30/4** | **30/5** | **108** | **108** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **СОК** |  | **100** | **100** | **46** | **46** |
| **ОБЕД** | **С-т свекольный с солен. огурцом** | **40** | **60** | **21,06** | **35,1** |
| **Суп с клецками** | **150** | **200** | **90,78** | **121,04** |
| **Тефтели мясные** | **60** | **70** | **105,26** | **122,80** |
| **Соус молочный** | **25** | **30** | **21,08** | **25,30** |
| **Картофельное пюре** | **100** | **130** | **50,24** | **65,31** |
| **Хлеб ржано-пшеничный** | **40** | **42** | **69,6** | **88,74** |
| **К-т яблочный с изюмом** | **150** | **180** | **45,51** | **54,61** |
| **УЖИН** | **Молочная вермишель** | **160** | **200** | **122,8** | **178,8** |
| **Хлеб пшеничный** | **30** | **38** | **70,5** | **89,3** |
| **Простокваша** | **150** | **170** | **62,3** | **86,9** |
| **печенье** | **33** | **33** | **83,4** | **83,4** |