

Дата/03.09.2021 наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (г/кал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша рисовая	160	180	138,03	155,29
	Какао с молоком	150	180	88,71	106,46
	Бутерброд с маслом и с сыром	35/4/9	40/5/9	144,98	182,07
СОК		100	100	46	46
	С-т свекольный	30	50	21,06	35,1
	Свекольник со сметаной	150	200	60,84	81,12
	Ленивые голубцы со сметаной	160	200	199,26	249,08
	Хлеб ржано-пшеничный	40	46	69,6	80,04
	К-т из сухофруктов	150	180	83,88	100,65
УЖИН	Лапшевник творожный	160	200	189,76	237,2
	Повидло	35	36	18,7	22,44
	Кефир	120	121	56,71	57,18
	Хлеб пшеничный	30	40	70,5	94
	Яблоки	100	100	45	45