

Дата/09.09.2021 наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (г/кал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша пшеничная	160	180	148,1	210,5
	Кофейный напиток с молоком	150	180	62,5	74,6
	Бутерброд с маслом	30	30	92,94	154,9
СОК		100	100	41,7	41,7
ОБЕД	Помидоры в с/соку	35	40	20,51	26,23
	Борщ со сметаной	180	150	44,3	69,41
	Гуляш мясной	60	70	110,58	131,83
	Картофельное пюре	100	130	103,1	145,8
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	75,6	94,5
	К-т из яблок и изюма	180	150	30,9	30,9
УЖИН	Рыба под омлетом	160	180	146,98	166,87
	Хлеб пшеничный	30	40	78,6	104,8
	Простокваша	160	190	62,3	86,9
	Булочка молочная	60	70	154,78	173,4
	Апельсины	100	100	34,4	34,4
	Кабачковая икра	25	30	31,77	80,22