

Дата/ 13.09.2021 наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (г/кал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша овсяная	150	180	170,39	227,19
	Чай	150	180	67,92	90,56
	Бутерброд с маслом	30	40	92,94	154,9
СОК		100	100	46,0	46,0
ОБЕД	Суп полевой	150	200	52,3	39,22
	Гуляш мясной	60	70	112,26	175,44
	Макароны	100	130	128	164,4
	Помидоры в с/соку	40	60	75,36	75,36
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	39,7	87
	К-т из яблок и изюма	150	180	78,7	109,36
УЖИН	Рыба отварная	60	70	55,35	75,35
	Картофельное пюре	100	130	96,86	125,93
	ряженка	140	160	70,89	94,52
	Хлеб пшеничный	30	40	34,8	70,5
	Яблоки	100	100	25,8	25,8
	Печенье	34	34	47,3	47,3