

Дата/15.09.2021 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	40/5/9	99,37	132,49
СОК		100	100	46	46
ОБЕД	С-т из соленого огурца и зел.горошка	40	50	32,31	43,08
	Суп куриный из овощей со сметаной	150	200	65,71	87,61
	Плов из курицы	160	200	331,2	414
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	75,6	94,5
	К-т из св.яблок	150	180	71,17	85,41
УЖИН	Оладьи	160	200	257,12	296,4
	Сгущеное молоко	25	30	15,01	18,01
	Хлеб пшеничный	30	40	78,6	104,8
	Простокваша	140	140	70,89	89,79
	Апельсины	100	100	89	89