

Дата/16.09.2021 наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (г/кал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша рисовая	160	180	152,56	171,64
	Кофейный напиток с молоком	150	180	67,92	81,5
	Бутерброд с маслом	30/4	40/5	166,95	225,88
СОК		100	100	41,7	41,7
ОБЕД	С-т из свекольный с зеленым гор.	40	60	17,31	28,85
	Суп русский со сметаной	150	200	52,96	70,62
	Котлета рыбная	60	70	101,76	118,72
	Соус молочный	25	30	27,77	33,33
	Картофельное пюре	100	130	91,42	118,84
	Хлеб ржано-пшеничный	35	40	69,6	83,52
	К-т витаминный		180		57,12
	К-т из яблок (ясли)	150		45,51	
УЖИН	Омлет	160	200	253	316
	Хлеб пшеничный	30	30	70,5	70,5
	Ряженка	150	168	56,71	59,54
	Яблоки	80	80	34,4	34,4
	Кабачковая икра	35	40	29,85	32,5