

Дата/17.09.2021 наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (г/кал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша гречневая	160	180	138,03	155,29
	Какао с молоком	150	180	88,71	106,46
	Бутерброд с маслом и с сыром	30/4/11	30/5/13	144,98	182,07
СОК		100	100	46	46
	Соленый огурчик	30	40	21,06	30,1
	Свекольник со сметаной	150	200	60,84	81,12
	Оладьи из печени	60	70	199,26	249,08
	Хлеб ржано-пшеничный	40	45	69,6	80,04
	К-т из шиповника	150	180	83,88	100,65
	Соус молочный	30	30	36,9	36,9
	Макароны	100	130	128	184,4
УЖИН	Творожно-кукурузная зап-ка	160	200	189,76	237,2
	Повидло	30	35	18,7	22,44
	Кефир	150	120	56,71	57,18
	Хлеб пшеничный	30	30	70,5	70,5
	Яблоки	100	100	45	45