

Дата/23.09.2021 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	С-т свекольный	30	50	20,51	26,23
	Рассольник со сметаной	150	200	64,3	99
	Рулет мясной с яйцом	60	70	110,58	131,83
	Соус молочный	25	30	16,5	29,5
	Картофельное пюре	100	130	103,1	145,8
	Хлеб ржано-пшеничный	40	44	75,6	94,5
	К-т из яблок и изюма	150	180	42,9	46,6
УЖИН	Рыба под омлетом	160	200	146,98	166,87
	Хлеб пшеничный	30	30	78,6	78,6
	Простокваша	140	140	103	103
	Булочка молочная	60	70	154,78	187
	Бананы	85	85	34,4	34,4
	Зеленый горошек	30	35	21,77	30,22