

Дата/24.09.2021 наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (г/кал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша пшенная	160	180	168	230
	Какао с молоком	150	180	62,8	81,9
	Бутерброд с маслом, сыр	30	30	128,9	128,9
СОК		100	100	41,7	41,7
ОБЕД	С-т морковно-яблочный	30	50	76,8	115,2
	Суп гороховый	150	200	107,4	124,8
	Ленивые голубцы со сметаной	160	200	324,5	388,8
	Хлеб ржано-пшеничный	40	44	75,6	94,5
	К-т из шиповника	150	180	39,5	41,8
УЖИН	Сырники творожные	160	200	276,21	345,36
	Хлеб пшеничный	30	30	78,6	78,6
	Кефир	150	150	78,2	78,2
	Яблоки	76	76	25,8	25,8