|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата/12.04.2022****наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Калорийность****порции (г/кал)** |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
|  |
| **ЗАВТРАК** | **Каша пшеничная молочная** | **150** | **180** | **181,49** | **222,18** |
| **Чай с молоком** | **180** | **180** | **62,5** | **74,6** |
| **Бутерброд с маслом** | **20/5** | **20/5** | **86,48** | **86,48** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Сок****Фрукты свежие (яблоки)** | **100****90** | **100****100** | **86,48****42,86** | **86,48****47,62** |
| **ОБЕД****ПОЛДНИК** | **Икра морковная** | **50** | **60** | **59,39** | **71,27** |
| **Суп крестьянский со сметаной** | **150** | **200** | **78,45** | **107,02** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Зап-ка капустная с мясом** | **180** | **180** | **309,27** | **309,27** |
| **Хлеб ржаной** | **40** | **50** | **77,35** | **96,69** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **40** | **49,10** | **98,20** |
| **К-т из шиповника****Вафли****Ряженка** | **180****15****165** | **180****25****180** | **73,40****51,67****80,95** | **80,83****86,11****88,31** |
| **УЖИН** | **Сырники со сгущенным молоком** | **80/10** | **130/20** | **233,39** | **391,15** |
| **Чай с сахаром** | **180** | **180** | **28,38** | **28,38** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **20** | **49,10** | **49,10** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |