|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата/21.04.2022**  **наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | | **Калорийность**  **порции (г/кал)** | |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
|  | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | **Суп с макаронами молочный** | **150** | **200** | **89,79** | **119,71** |
| **Какао с молоком** | **180** | **180** | **62,5** | **74,6** |
| **Бутерброд с маслом с сыром** | **30/10** | **30/10** | **143,17** | **143,17** |
|  |  |  |  |  |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Фрукты свежие**  **Сок фруктовый** | **80**  **100** | **100**  **100** | **38,10**  **43,24** | **47,62**  **43,24** |
| **ОБЕД**  **ПОЛДНИК** | **Салат « Пестрый «** | **50** | **60** | **45,98** | **55,17** |
| **Рассольник домашний со смет.** | **150** | **200** | **279,84** | **373,12** |
| **Фрикадельки мясные с соусом** | **70/25** | **70/35** | **146,80** | **155,25** |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **30** | **38,68** | **58,01** |
| **Пюре овощное** | **120** | **150** | **88,92** | **111,15** |
| **Хлеб пшеничный** | **10** | **20** | **24,55** | **49,10** |
| **К-т из ягод сушеных** | **180** | **180** | **70,03** | **70,03** |
| **Печенье**  **Кефир** | **20**  **165** | **25**  **180** | **88,14**  **94,27** | **110,18**  **102,84** |
| **УЖИН** | **Рыба тушеная с овощами,с/том** | **100** | **100** | **88,01** | **88,01** |
| **Хлеб пшеничный** | **10** | **20** | **24,55** | **49,10** |
| **Каша рисовая рассыпчатая** | **110** | **130** | **129,13** | **152,60** |
| **Чай с сахаром** | **180** | **180** | **28,38** | **28,38** |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **20** | **38,68** | **38,68** |
|  |  |  |  |  |  |