|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата/23.05.2022**  **наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | | **Калорийность**  **порции (г/кал)** | |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
|  | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | **Запеканка из творога с морковью и молоком сгущенным** | **120** | **140** | **275** | **328** |
| **Какао на молоке** | **180** | **180** | **115** | **115** |
| **Бутерброд с маслом** | **30** | **35** | **82,48** | **146,09** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Сок фруктовый, апельсины** | **100/70** | **100/70** | **86,48/**  **33,33** | **86,48/**  **33,33** |
| **ОБЕД**  **ПОЛДНИК** | **С-твинигрет** | **50** | **60** | **32** | **38** |
| **Суп из овощей с мясом, со сметаной** | **150/15** | **200/20** | **125** | **170** |
| **Котлеты мясные с с/с** | **75/30** | **70/35** | **158,06** | **158,06** |
| **Хлеб ржаной** | **40** | **30** | **77,35** | **58,01** |
| **Сад гречка, ясли рис** | **110** | **130** | **129** | **199** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **20** | **49,10** | **49,10** |
| **К-т из сухофруктов** | **180** | **180** | **81** | **81** |
| **Вафли**  **Кефир** | **70**  **165** | **70**  **180** | **191,10**  **83,04** | **191,10**  **90,59** |
| **УЖИН** | **З-п картофельная с овощами** | **120/20** | **180/40** | **162** | **249** |
| **Хлеб пшеничный** | **10** | **20** | **24,55** | **49,10** |
| **Чай с сахаром** | **180** | **180** | **30,59** | **30,59** |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **20** | **38,68** | **38,68** |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата/23.05.2022**  **наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | | **Калорийность**  **порции (г/кал)** | |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
|  | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | **Запеканка из творога с морковью и молоком сгущенным** | **120** | **140** | **275** | **328** |
| **Какао на молоке** | **180** | **180** | **115** | **115** |
| **Бутерброд с маслом** | **30** | **35** | **82,48** | **146,09** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Сок фруктовый, апельсины** | **100/70** | **100/70** | **86,48/**  **33,33** | **86,48/**  **33,33** |
| **ОБЕД**  **ПОЛДНИК** | **С-твинигрет** | **50** | **60** | **32** | **38** |
| **Суп из овощей с мясом, со сметаной** | **150/15** | **200/20** | **125** | **170** |
| **Котлеты мясные с с/с** | **75/30** | **70/35** | **158,06** | **158,06** |
| **Хлеб ржаной** | **40** | **30** | **77,35** | **58,01** |
| **Сад гречка, ясли рис** | **110** | **130** | **129** | **199** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **20** | **49,10** | **49,10** |
| **К-т из сухофруктов** | **180** | **180** | **81** | **81** |
| **Вафли**  **Кефир** | **70**  **165** | **70**  **180** | **191,10**  **83,04** | **191,10**  **90,59** |
| **УЖИН** | **З-п картофельная с овощами** | **120/20** | **180/40** | **162** | **249** |
| **Хлеб пшеничный** | **10** | **20** | **24,55** | **49,10** |
| **Чай с сахаром** | **180** | **180** | **30,59** | **30,59** |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **20** | **38,68** | **38,68** |
|  |  |  |  |  |  |