|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата/31.05.2022****наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Калорийность****порции (г/кал)** |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
|  |
| **ЗАВТРАК** | **Каша манная** | **150** | **180** | **184,1** | **233,61** |
| **Какао с молоком** | **180** | **180** | **30,59** | **30,59** |
| **Бутерброд с маслом**  | **20/5** | **20/5** | **86,48** | **86,48** |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Фрукты ( яблоки )** | **75** | **75** | **42,86** | **42,86** |
| **ОБЕД** | **Икра кабачковая**  | **50** | **60** | **44,37** | **53,24** |
| **Суп из овощей с мясом** | **150** | **200** | **110,27** | **149,43** |
| **Суфле из говядины с рисом (ясли)** | **60/20** | **70/30** | **211,54** | **242,51** |
| **Запеканка капустная с мясом**  |  | **150** |  | **173,37** |
| **Кисель из изюма** | **180** | **180** | **39,5** | **41,08** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **20** | **49,10** | **49,10** |
| **Капуста тушенная (ясли)**  | **100** |  | **128,17** |  |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **20** | **38,68** | **38,68** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** | **Пирожки печеные с картошкой**  | **50** | **70** | **129** | **181** |
|  | **Ряженка** | **165** | **180** | **83** | **88** |
| **УЖИН** | **Запеканка из творога со сгущ** | **100** | **140** | **293** | **279** |
| **Хлеб пшеничный** | **30** | **30** | **78,6** | **78,6** |
|  | **Чай** | **180** | **180** | **28** | **28** |
| **Дата/31.05.2022****наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | **Калорийность****порции (г/кал)** |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
|  |
| **ЗАВТРАК** | **Каша манная** | **150** | **180** | **184,1** | **233,61** |
| **Какао с молоком** | **180** | **180** | **30,59** | **30,59** |
| **Бутерброд с маслом**  | **20/5** | **20/5** | **86,48** | **86,48** |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Фрукты ( яблоки )** | **75** | **75** | **42,86** | **42,86** |
| **ОБЕД** | **Икра кабачковая**  | **50** | **60** | **44,37** | **53,24** |
| **Суп из овощей с мясом** | **150** | **200** | **110,27** | **149,43** |
| **Суфле из говядины с рисом (ясли)** | **60/20** | **70/30** | **211,54** | **242,51** |
| **Запеканка капустная с мясом**  |  | **150** |  | **173,37** |
| **Кисель из изюма** | **180** | **180** | **39,5** | **41,08** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **20** | **49,10** | **49,10** |
| **Капуста тушенная (ясли)**  | **100** |  | **128,17** |  |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **20** | **38,68** | **38,68** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** | **Пирожки печеные с картошкой**  | **50** | **70** | **129** | **181** |
|  | **Ряженка** | **165** | **180** | **83** | **88** |
| **УЖИН** | **Запеканка из творога со сгущ** | **100** | **140** | **293** | **279** |
| **Хлеб пшеничный** | **30** | **30** | **78,6** | **78,6** |
|  | **Чай** | **180** | **180** | **28** | **28** |