|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата/31.01.2024**  **наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | | **Калорийность**  **порции (г/кал)** | |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
| **ЗАВТРАК** | **Каша «Дружба»** | **150\2** | **180\3** | **178** | **219** |
| **Кофейный на молоке** | **180** | **180** | **107** | **107** |
| **Бутерброд с сыром** | **20\5** | **30\10** | **65** | **107** |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Фрукты**  **Сок** | **70**  **100** | **70**  **100** | **120**  **86** | **12**  **86** |
| **ОБЕД** | **Икра свекольная** | **50** | **60** | **44** | **71** |
| **Рассольник ленинградский** | **150\15** | **200\20** | **150** | **203** |
| **Котлеты рубленые из птицы** | **70\30** | **70\30** | **285** | **285** |
| **Картофельное пюре** | **120** | **130** | **113** | **122** |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **30** | **38,68** | **58,01** |
| **Хлеб пшеничный** | **10** | **10** | **24,55** | **24,55** |
| **Кисель из яблок** | **180** | **180** | **72** | **72** |
| **ПОЛДНИК** | **Вафли**  **Простокваша** | **20**  **165** | **25**  **180** | **55**  **94** | **60**  **103** |
| **УЖИН** | **Котлета рыбная с с\с** | **50\20** | **75\30** | **104** | **158** |
| **Капуста тушеная** | **120** | **150** | **88** | **110** |
| **Хлеб** | **20** | **20** | **38,68** | **38,68** |
| **Чай с лимоном и сахаром** | **180** | **180** | **28** | **28** |
| **Дата/31.01.2024**  **наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции (г)** | | **Калорийность**  **порции (г/кал)** | |
| **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
| **ЗАВТРАК** | **Каша «Дружба»** | **150\2** | **180\3** | **178** | **219** |
| **Кофейный на молоке** | **180** | **180** | **107** | **107** |
| **Бутерброд с сыром** | **20\5** | **30\10** | **65** | **107** |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **Фрукты**  **Сок** | **70**  **100** | **70**  **100** | **120**  **86** | **12**  **86** |
| **ОБЕД** | **Икра свекольная** | **50** | **60** | **44** | **71** |
| **Рассольник ленинградский** | **150\15** | **200\20** | **150** | **203** |
| **Котлеты рубленые из птицы** | **70\30** | **70\30** | **285** | **285** |
| **Картофельное пюре** | **120** | **130** | **113** | **122** |
| **Хлеб ржаной** | **20** | **30** | **38,68** | **58,01** |
| **Хлеб пшеничный** | **10** | **10** | **24,55** | **24,55** |
| **Кисель из яблок** | **180** | **180** | **72** | **72** |
| **ПОЛДНИК** | **Вафли**  **Простокваша** | **20**  **165** | **25**  **180** | **55**  **94** | **60**  **103** |
| **УЖИН** | **Котлета рыбная с с\с** | **50\20** | **75\30** | **104** | **158** |
| **Капуста тушеная** | **120** | **150** | **88** | **110** |
| **Хлеб** | **20** | **20** | **38,68** | **38,68** |
| **Чай с лимоном и сахаром** | **180** | **180** | **28** | **28** |