

15 декабря 2023г.

	ясли		дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Завтрак 8-00				
Каша - ассорти	100	97,4	180	175,92
Чай с молоком	180	52,4	200	58,29
Батон	30	65,1	30	65,1
Масло порциями	5	37,4	5	37,4
итого за завтрак	315	252,3	415	336,71
Второй завтрак 10-00				
Яблоки свежие	100	47	100	47
Обед 12-00				
Салат из картофельный с капустой свежей и кукурузой	40	36,8	60	55,3
Суп с мясными фрикадельками со сметаной	150	85,1	200	139,9
Тефтели из говядины с рисом "ёжики"	85	145,5	110	203,7
Макаронные изделия отварные	120	128,1	130	140,51
Компот из смеси сухофруктов	150	38,7	180	46,5
Хлеб пшеничный	10	23,5	30	70,5
Хлеб ржаной	30	52,2	30	52,2
итого за обед	585	509,9	740	708,61
Полдник 15-00				
Рагу из птицы	130	138,6	150	160
Хлеб ржаной	20	34,97	30	52,2
Печенье	20	110,79	20	110,79
Кефир	150	79,5	180	95,4
итого за полдник	320	363,86	380	418,39
Итого за день	1320	1173,06	1635	1510,71