

24 января 2024г.

	ясли		дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Завтрак 8-00				
Каша молочная кукурузная жидкая	100	97	200	181
Чай с сахаром	180	30,2	200	33,23
Батон	30	65,1	30	65,1
итого за завтрак	310	192,3	430	279,33
Второй завтрак 10-00				
Яблоки свежие	100	96	100	96
Обед 12-00				
Салат из свёклы	40	42	60	63,2
Рассольник со сметаной	150	77,5	200	105,74
Рыба запечённая с картофелем по-русски	180	125	200	164,8
Компот из изюма	150	75,7	180	101
Хлеб пшеничный	20	47	20	47
Хлеб ржаной	10	17,4	30	52,2
итого за обед	550	384,6	690	533,94
Полдник 15-00				
Рагу из овощей	150	130,7	180	184,32
Пирожки с печенью и яйцом	60	149,7	60	149,7
Хлеб ржаной	10	17,5	30	52,2
Чай с лимоном	150	37,28	200	49,93
итого за полдник	370	335,18	470	436,15
Итого за день	1330	1008,08	1690	1345,42