

29 февраля 2024г.



	ясли		дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
<b>Завтрак 8-00</b>				
Каша ячневая вязкая молочная	100	127,8	200	236,16
Какао с молоком	180	91,15	200	101,18
Батон	30	65,1	30	65,1
Сыр порциями	10	36,4	15	54,6
итого за завтрак	320	320,45	445	457,04
<b>Второй завтрак 10-00</b>				
Яблоки свежие	100	47	100	47
<b>Обед 12-00</b>				
Салат из свежей капусты с яйцом	40	64,95	60	82,85
Борщ с курой и сметаной	150	69,8	180	93,24
Мясо, тушёное в соусе	70	112,2	90	147,47
Макаронные изделия отварные	110	117,43	120	128,1
Напиток из шиповника	150	44,6	180	53,52
Хлеб пшеничный	10	23,5	20	47
Хлеб ржаной	30	52,5	30	52,5
итого за обед	560	484,98	680	604,68
<b>Полдник 15-00</b>				
Рыба запеченная в омлете	160	123,7	180	151,08
Компот из свежих яблок	180	90,2	200	100,22
Печенье	10	55,4	20	110,79
Хлеб ржаной	20	34,97	20	34,97
итого за полдник	370	304,27	420	397,06
<b>Итого за день</b>	<b>1350</b>	<b>1156,7</b>	<b>1645</b>	<b>1505,78</b>