

22 марта 2024г.

Завтрак 8-00	ясли		Дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Омлет натуральный	100	104,5	120	125,28
Горошек зелёный			40	16,9
Чай с молоком	180	52,4	200	58,29
Батон	25	54,25	30	65,1
Масло порциями	5	37,4	5	37,4
итого за завтрак	310	248,55	395	302,97
Второй завтрак 10-00				
Обед 12-00				
Салат из картофельный с кукурузой			40	36,8
Свекольник на мясном бульоне со сметаной	150	95	180	114
Тефтели мясные 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	545	483	700	664,21
Полдник 15-00				
Каша геркулесовая молочная	150	109,3	180	142,68
Хлеб ржаной	20	34,97	30	52,2
Сдоба обыкновенная	60	167,4	60	167,4
Кофейный напиток с молоком	180	63,1	200	70,04
итого за полдник	410	374,77	470	432,32
Итого за день	1265	1106,32	1565	1399,5