

20 января 2025г.

	ясли		дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
<i>Завтрак 8-00</i>				
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	130	181	150	181
Напиток кофейный на молоке	180	99	180	99
Батон с маслом сливочным	35	103	35	103
итого за завтрак	345	383	365	383
<i>Второй завтрак 10-00</i>				
Йогурт	100	85,8	100	85,8
<i>Обед 12-00</i>				
Салат из отварного картофеля с отварной морковью	30	93,9	50	93,9
Суп картофельный с горохом и гречками	155	171	210	171
Ёжики мясные в соусе 50/50	100	148	100	148
Макаронные изделия	110	216,7	130	216,7
Компот из сухофруктов	150	44,9	180	44,9
Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной 30/20	50	125	50	125
итого за обед	595	799,5	720	799,5
<i>Полдник 15-00</i>				
Печенье	20	110,79	20	110,79
Омлет натуральный	100	189	100	189
Чай с сахаром	150	94,2	180	94,2
Хлеб ржаной	10	19	10	19
итого за полдник	280	412,99	310	412,99
Итого за день	1320	1681,29	1495	1681,29