

16.01.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
<i>каша манная молочная жидкая</i>	<i>150/200</i>	183,69	222,02
<i>чай с молоком</i>	<i>150/200</i>	38,17	50,9
<i>бутерброд с маслом / сыром</i>	<i>35/45</i>	122,2	152
второй завтрак			
<i>яблоко</i>	<i>67/67</i>	31,49	31,49
Обед			
<i>рассольник ленинградский</i>	<i>150/200</i>	89,76	119,68
<i>котлета рыбная</i>	<i>60/60</i>	73,55	73,55
<i>капуста тушеная</i>	<i>90/100</i>	78,44	87,16
<i>хлеб пшеничный</i>	<i>30/40</i>	72	96
<i>кисель б/р витаминизированный вит С</i>	<i>150/200</i>	92,95	116,19
Усиленный полдник			
<i>пюре из гороха с маслом</i>	<i>130/150</i>	213,31	246,13
<i>пирог открытый с повидлом</i>	<i>30/45</i>	89,37	134,06
<i>напиток из плодов шиповника</i>	<i>150/200</i>	35,15	46,87
<i>хлеб пшеничный</i>	<i>28/34</i>	67,2	81,6
Всего ккал за день		1187,28	1457,65