

18.01.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
каша геркулесовая молочная жидкая	150/200	155,53	207,38
чай с молоком	150/200	38,17	50,9
бутерброд с маслом	30/40	137,5	183,6
второй завтрак			
яблоко	40/40	18,8	18,8
Обед			
борщ с картофелем и капустой на бульоне	150/200	66,66	88,89
рулет мясной с яйцом	150/180	276,45	331,74
соус томатный	50/50	28,07	28,07
хлеб пшеничный	30/40	72	96
кисель б/р витаминизированный вит С	150/200	92,95	116,19
Усиленный полдник			
макароны с сыром	150/200	228,45	304,6
коржик молочный	45/60	182,03	242,7
чай с лимоном	150/200	20,4	27,9
Всего ккал за день		1317,01	1696,77