

22.01.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
<i>каша геркулесовая молочная жидкая</i>	<i>150/200</i>	<i>155,53</i>	<i>207,38</i>
<i>какао на молоке</i>	<i>150/200</i>	<i>115,44</i>	<i>153,92</i>
<i>бутерброд с маслом</i>	<i>30/40</i>	<i>137,5</i>	<i>183,6</i>
второй завтрак			
<i>яблоко</i>	<i>40/40</i>	<i>18,8</i>	<i>18,8</i>
Обед			
<i>борщ с картофелем и капустой на бульоне</i>	<i>150/200</i>	<i>66,66</i>	<i>88,89</i>
<i>гуляш мясной</i>	<i>100/100</i>	<i>283,79</i>	<i>283,79</i>
<i>макароны отварные</i>	<i>90/100</i>	<i>126,65</i>	<i>140,73</i>
<i>хлеб пшеничный</i>	<i>30/40</i>	<i>72</i>	<i>96</i>
<i>компот с/ф витаминизированный вит С</i>	<i>150/200</i>	<i>85,34</i>	<i>113,79</i>
Усиленный полдник			
<i>запеканка рисовая со сгущенным молоком</i>	<i>175/230</i>	<i>242,7</i>	<i>323,6</i>
<i>пряник</i>	<i>30/50</i>	<i>94,5</i>	<i>157,5</i>
<i>чай сладкий</i>	<i>150/200</i>	<i>19,6</i>	<i>26,8</i>
Всего ккал за день		1418,51	1794,8