

06.02.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл если	ккалл сад
каша манная молочная жидкая	150/200	183,69	222,02
чай с молоком	150/200	38,17	50,9
бутерброд с маслом / сыром	35/45	122,2	152
второй завтрак			
Обед			
рассольник ленинградский	150/200	89,76	119,68
котлета рыбная	60/60	73,55	73,55
капуста тушеная	90/100	78,44	87,16
хлеб пшеничный	30/40	72	96
кисель б/р витаминизированный вит С	150/200	92,95	116,19
Усиленный полдник			
пюре из гороха с маслом	130/150	213,31	246,13
пирог открытый с повидлом	30/45	89,37	134,06
напиток из плодов шиповника	150/200	35,15	46,87
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1155,79	1426,16