

13.02.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
каша рисовая молочная жидкая	150/200	155,53	210,13
какао на молоке	150/200	115,44	146,78
бутерброд с маслом	30/40	137,5	183,6
второй завтрак			
яблоко	45/45	21,15	21,15
Обед			
щи из свежей капусты с картофелем	150/200	64,69	86,26
гуляш мясной	100/100	283,79	283,79
каша перловая рассыпчатая	90/100	100,19	111,33
хлеб пшеничный	15/20	36	48
хлеб ржаной	15/20	27,19	36,26
компот с/ф витаминизированный вит С	150/200	85,34	113,79
Усиленный полдник			
суп с рыбными консервами	150/200	110,68	147,58
ватрушка с повидлом	36/36	131,5	131,5
чай сладкий	150/200	19,6	26,8
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1355,8	1628,57