

15.03.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
каша дружба молочная	150/200	155,53	241,11
какао на молоке	150/200	115,44	153,92
бутерброд с маслом	30/40	122,2	152
второй завтрак			
яблоко	45/45	21,15	21,15
Обед			
суп с домашней лапшой на булоне	150/200	65,62	87,5
жаркое по домашнему	170/190	439,49	491,49
компот с/ф витаминизированный вит С	150/200	85,34	113,79
хлеб пшеничный	15/20	36	48
хлеб ржаной	15/20	27,19	36,26
сельдь с/с	40/50	83,6	104,5
Усиленный полдник			
омлет с зеленым горошком	150/150	173,46	173,46
вафля	30/50	161,7	269,5
чай сладкий	150/200	19,6	27,9
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1573,52	2002,18