

20.03.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
каша пшеничная молочная жидкая	150/200	170,37	227,16
кофейный напиток на молоке	150/200	89,01	119,69
багет	30/40	75,66	100,88
второй завтрак			
яблоко	90/90	43	43
Обед			
суп овощной на бульоне	150/200	69,17	92,19
цыпленок отварной	60/60	207,47	207,47
макароны с маслом	90/100	126,65	140,73
соус томатный	50/50	28,07	28,07
хлеб ржаной	15/20	27,19	36,26
хлеб пшеничный	15/20	36	48
сок яблочный	150/200	35,4	47,2
Усиленный полдник			
суп с рыбными консервами	150/200	110,68	147,58
булочка домашняя	23/30	87,69	114,38
чай с лимоном	150/200	20,4	27,9
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1193,96	1462,11