

21.03.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
каша ячневая молочная жидкая	150/200	185,18	246,87
какао на молоке	150/200	115,44	153,92
бутерброд с маслом	30/40	122,2	152
второй завтрак			
яблоко	180/180	84,6	84,6
Обед			
свекольник на бульоне	150/200	62,49	82,33
голубцы ленивые	130/150	151,2	226,5
соус белый	50/50	27,76	27,76
компот с/ф витаминизированный вит С	150/200	85,34	113,79
хлеб ржаной	15/20	27,19	36,26
хлеб пшеничный	15/20	36	48
Усиленный полдник			
юре из гороха с маслом	130/150	213,31	246,13
булочка дорожная	23/30	132,57	172,93
чай сладкий	150/200	19,6	26,8
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1330,08	1699,49