

23.04.2024			
Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	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			
сок	100/100	23,6	23,6
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	15/20	36	48
хлеб ржаной	15/20	27,19	36,26
кисель б/р витаминизированный вит С	150/200	92,95	116,19
Усиленный полдник			
картофель отварной	150/150	182,46	182,46
филе сельди	50/50	140,2	140,2
пирог открытый с повидлом	45/60	134,06	178,75
напиток из плодов шиповника	150/200	35,15	46,87
хлеб пшеничный	28/34	67,2	81,6
Всего ккал за день		1324,62	1559,24