

18.06.2024

Меню	ГРАММЫ	ккалл ясли	ккалл сад
<i>каша манная молочная жидкая</i>	<i>150/200</i>	155,53	207,38
<i>чай с молоком</i>	<i>150/200</i>	38,17	50,9
<i>бутерброд с маслом / сыром</i>	<i>35/45</i>	122,2	152
второй завтрак			
<i>яблоко</i>	<i>50/50</i>	40,29	40,29
Обед			
<i>рассольник ленинградский</i>	<i>150/200</i>	89,76	119,68
<i>котлета рыбная</i>	<i>60/60</i>	73,55	73,55
<i>капуста тушеная</i>	<i>90/100</i>	78,44	87,16
<i>хлеб пшеничный</i>	<i>15/20</i>	36	48
<i>хлеб ржаной</i>	<i>15/20</i>	27,19	36,26
<i>кисель б/р витаминизированный вит С</i>	<i>150/200</i>	92,95	116,19
Усиленный полдник			
<i>картофель отварной</i>	<i>150/150</i>	182,46	243,92
<i>соленый огурец</i>	<i>40/50</i>	4,8	6
<i>напиток из плодов шиповника</i>	<i>150/200</i>	20,4	27,9
<i>хлеб пшеничный</i>	<i>28/34</i>	72	81,6
<i>пирог открытый с повидлом</i>	<i>30/40</i>	89,37	119,16
Всего ккал за день		1123,11	1409,99