

на 23.01.2024г
(2 неделя)

ЗАВТРАК ясли сад

	грамм	ккал	грамм	ккал
Каша пшенная молочная жидкая	150	193,2	180	240,56
Хлеб пшени. с маслом	20/5	79,35	30/6	109,32
Сыр в порц.нарезке	8	36,4	13	54,6
Чай с сахаром	160	20,5	180	29,745

2-ой ЗАВТРАК

Фрукты свежие	85	44	90	47
---------------	-----------	----	-----------	----

ОБЕД

Свекольник	180	81	200	97,18
Котлеты из говядины	60	116,7	75	149,27
Капуста тушеная	120	85,52	150	106,91
Хлеб пшеничный	20	47	30	70,5
Хлеб пшен.-ржаной	36	62,64	45	78,3
Компот из сухофруктов	160	60,5	180	56,88

ПОЛДНИК

Пудинг из творога с рисом	80	196,75	110	256,47
Соус сметанный	30	33,78	40	40,536
Йогурт	145	96,56	195	102,8
ИТОГО	1153,9 ккал		1440,071ккал	