



День №1

04 03 24

	Ясли (выход)	ккал	Сад (выход)	ккал
Завтрак				
Каша ячневая молочная	150	287,6	200	303,5
какао	150	1,091	200	1,18
батон с мягким сыром	35/15	65,5/36	50/15	113/36
	350	428,19	465	511,68
Второй завтрак				
фрукты	100	76	100	76
Обед				
Суп ЩИ С МЯСОМ	150	113,6	200	209,51
Печеночные оладьи	60	436,5	80	496,8
Булгур отварной	150	153,95	200	170,7
Компот из чернослива	150	65,4	200	87,2
Хлеб	25	133	50	186
Салат из кукурузы лук м/р	20		20	
	555	827,55	750	1,058
Полдник				
Молоко	150	335	200	474
Сухарь,пряни,печенье	50	12,2	50	14,0
	200	347,2	250	488,0
Ужин				
Каша дружба молочная	180	287,6	200	287,6
Чай	150	1,091	200	1,18
Хлеб с повидлом с маслом	45/15/10	133	50/15/10	133
фрукты				
Итого	400	1,511	575	421,7
Второй ужин				
Чай коржик	150/70	1,091/67,5	200/70	1,18/90
	220	68,59	270	91,18
Итого	1,825	1,749	2,410	1,589