

Дата: 30.07.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшённая	180/2	172,72
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Какао с молоком	180	98,5
Завтрак 2		
Компот из кураги	100	56,1
Обед		
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	36,0
Свекольник со сметаной	180/8	104,4
Картофель отварной с маслом	150/10	164,56
Котлета рубленая из птицы	70	120,2
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Пряник промышленного производства	50	190,0
Молоко кипячёное	180	90,66
Ужин		
Икра кабачковая	60	41,8
Каша рассыпчатая с овощами(гречка)	150/5	250,4
Чай сладкий	180	28,06
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1650,3