

	Ясли		Сад	
Завтрак	Вес блюда	Энер-ая ценнос ть	Вес блюда	Энер-ая ценность
Каша пшеничная молочная	140	124,5	180	149,5
Сыр	9	29,9	14	35,2
Хлеб пшеничный	24	130,6	32	140,1
Чай с сахаром	150	81,6	180	96,4
Второй завтрак				
банан	85	95,0	85	95,0
обед				
Салат из свежих помидор с луком	40	31,5	60	39,5
Рассольник ленинградский	150	69,5	180	83,4
Котлета мясная	60	175	70	184
Макаронные изделия отварные с маслом	110	153,8	130	176,2
Компот из чернослива	150	62,9	180	75,8
Хлеб ржаной	24	69,3	32	87,7
полдник				
Молоко кипяченое	136	76,8	136	76,8
Булочка школьная	50	151,4	50	151,4
ужин				
Рагу овощное	110	98,4	130	116,4
Чай с сахаром, лимоном	150	33,4	170	41,0
Хлеб пшеничный	20	25,9	29	35,9
Яйцо вареное	30	30,5	30	30,5

калькулятор

повар