

Ежедневное меню на_21.08.2026 г.

	Наименование блюда	Порция, грамм ясли/сад	Калории ясли/сад
Завтрак	Каша гречневая молочная	150/180	253.6/276.7
	Чай с сахаром	150/180	39.8/44.4
	Бутерброд с маслом	26/40	92,5/110.5
	Итого за завтрак	326/400	374.2/427
2й завтрак	Сок	100/100	42/42
	Итого за 2 завтрак	100/100	42\42
Обед	Суп гороховый	150/180	93.7/112.5
	Рагу из овощей	120/130	120,3/130,3
	Котлеты из птицы	60/60	120,72/120,72
	Компот из с\ф	150/180	85,9/93,8
	Огурец свежий	40/50	6,5/7.8
	Хлеб ржаной	20/20	39,9/39.9
	Итого за обед	540/620	467,02/505.02
Полдник	Вафли	60/60	180.5/220.8
	Компот изюминка	150/160	85.9/93.8
	Яблоки	90/90	42.3/42.3
	Итого за полдник	310/340	298/368.4
Ужин	Макароны отварные с сыром	130/20/130/20	228.5/228.5
	Кукуруза конс	40/40	46.8/46.8
	Чай с сахаром	180/200	39,8/44,4
	Итог за ужин	380/400	363.3/367.9
	Итог за день	1676/1880	1544.32/1710.32