12 октября	ясли\гр об*ем	ккал	сад\гр об*ем	ккал
завтрак				
каша ячневая/каша на воде/каша рисовая	150		180	
какао с молоком/чай	150		180	
бутерброд с яйцом	50		60	
вес порции	350		420	
		284,39		382,03
второй завтрак				
яблоко	100	45	100	45
обед				
салат из св капусты	30		60	
суп гороховый	150		180	
жаркое с мясом куры	160		200	
компот из сухофруктов	150		180	
хлеб ржаной	40		50	
вес порции	530		670	
		621,3		742,2
полдник				
молоко	150		180	
сдоба	20		30	
яблоко	40		40	
вес порции	210	230,38	250	310,57
ужин				
салат из моркови, запеканка творож -пшенная, соус молочный	205		240	
хлеб пшеничный с медом	30		40	
яблоко	30			
чай с лимоном	180		200	
вес порции	445	492,02	480	510,26
В приготовлении блюд мы используем йодированную соль. Приятного аппетита!				