15 октября	ясли\гр об*ем	ккал	сад\гр об*ем	ккал
завтрак				
каша геркулесовая / каша на воде/каша рисовая	150		180	
какао с молоком/чай	160		180	
бутерброд с сыром	40		50	
вес порции	350		410	
		312,8		408,5
второй завтрак				
фрукты - банан	100	89	100	89
обед				
салат из свеклы с чесноком	30		50	
суп куриный/мясной	150		180	
котлетка мясная с макаронами, соус	160		200	
компот из сухофруктов	150		180	
хлеб ржаной	40		50	
вес порции	530	531,2	660	673,4
полдник				
молоко	150		180	
сдоба	25		50	
апельсин	30		50	
вес порции	205	238,1	280	287,9
ужин				
яйцо/сыр	40		40	
рагу овощное, огурчик сол	130		150	
хлеб пшеничный	20		20	
компот из брусники	150		200	
сухарики	30		30	
апельсин	50		50	
вес порции	420	422,9	490	487,2
В приготовлении блюд, мы используем йодированную соль. Приятного аппетита!!!				