

|      |       |
|------|-------|
| День | среда |
|------|-------|

|        |   |
|--------|---|
| Неделя | 1 |
|--------|---|

Дата: 02.09.2025

| Прием пищи              | Наименование блюда                                   | Вес блюда<br>(ясли/сад) | Энергетическая<br>ценность<br>(ясли/сад) |
|-------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------|
| ЗАВТРАК                 | <i>Запеканка из творога со<br/>сгущенным молоком</i> | <i>160/180 31/31</i>    |                                          |
|                         | <i>Бутерброд с маслом</i>                            | <i>33/9</i>             |                                          |
|                         | <i>Чай сладкий</i>                                   | <i>180/200</i>          |                                          |
| Итого за завтрак        |                                                      |                         |                                          |
|                         | <i>Яблоко</i>                                        | <i>120/120</i>          |                                          |
| Итого за второй завтрак |                                                      |                         |                                          |
|                         | <i>Огурец солёный</i>                                | <i>40/40</i>            |                                          |
| ОБЕД                    | <i>Борщ со сметаной</i>                              | <i>180/200</i>          |                                          |
|                         | <i>Картофель тушёный с мясом</i>                     | <i>180/200</i>          |                                          |
|                         | <i>Компот из изюма</i>                               | <i>180/200</i>          |                                          |
|                         | <i>Хлеб ржаной</i>                                   | <i>40/49</i>            |                                          |
| Итого за обед           |                                                      |                         |                                          |
| ПОЛДНИК                 | <i>Булочка молочная</i>                              | <i>50/50</i>            |                                          |
|                         | <i>Йогурт</i>                                        | <i>150/160</i>          |                                          |
| Итого за полдник        |                                                      |                         |                                          |
| УЖИН                    | <i>Вермишель молочная</i>                            | <i>150/180</i>          |                                          |
|                         | <i>Напиток из повидла</i>                            | <i>180/200</i>          |                                          |
|                         | <i>Хлеб пшеничный</i>                                | <i>28/28</i>            |                                          |
| Итого за ужин           |                                                      |                         |                                          |
| Итого за день:          |                                                      |                         |                                          |