

День 1    понедельник

Неделя    первая

Дата: 15.06.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
<b>ЗАВТРАК</b>	<i>Каша манная молочная</i>	<b>150/180</b>	198,2 / 237,4
	<i>Бутерброд с маслом</i>	<b>30/28/ 8/8</b>	118,7
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	<b>180/200</b>	79,0 /87,7
<b>Итого за завтрак</b>			
	<i>Сок</i>	<b>111/100</b>	43,6
<b>Итого за второй завтрак</b>			
	<i>Суп –лапша домашняя</i>	<b>180/200</b>	130,0 / 162,5
	<i>Котлета куриная</i>	<b>60/70</b>	127,5
	<i>Капуста тушёная</i>	<b>120/140</b>	142 /162
	<i>Компот из кураги</i>	<b>180/200</b>	56,7 /61,8
	<i>Хлеб ржаной</i>	<b>40/45</b>	72,7 /82,6
<b>Итого за обед</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>	<i>Ватрушка с повидлом</i>	<b>40/50</b>	141,7
	<i>Бифидок</i>	<b>150/150</b>	86,4
<b>Итого за полдник</b>			
<b>УЖИН</b>	<i>Омлет</i>	<b>130/160</b>	110 /120,8
	<i>Зелёный горошек</i>	<b>30/30</b>	125,4
	<i>Чай сладкий</i>	<b>180/200</b>	24,4/27,1
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<b>25/25</b>	71,1 /94,7
<b>Итого за ужин</b>			
<b>Итого за день:</b>			