

День 1 пятница

Неделя 1

Дата: 16.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Каша «Дружба»</i>	<i>150/180</i>	
	<i>Бутерброд с маслом</i>	<i>30/9</i>	
	<i>Чай сладкий</i>	<i>180/200</i>	
Итого за завтрак			
	<i>Яблоко/Сок</i>	<i>100/114</i>	
Итого за второй завтрак			
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	<i>40/40</i>	
ОБЕД	<i>Суп картофельный с говядиной</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Рыба запеченная в омлете</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Компот из яблок</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40/42</i>	
Итого за обед			
ПОЛДНИК	<i>Бутерброд с сыром</i>	<i>30/31</i>	
	<i>Какао с молоком</i>	<i>180/200</i>	
Итого за полдник			
УЖИН	<i>Блинчики со сгущенным молоком</i>	<i>150/180</i>	
	<i>Чай сладкий</i>	<i>180/200</i>	
Итого за ужин			
Итого за день:			