

День	среда
------	-------

Неделя	1
--------	---

Дата: 18.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	<i>160/180 27/27</i>	
	<i>Бутерброд с маслом</i>	<i>33/9</i>	
	<i>Какао с молоком</i>	<i>180/200</i>	
Итого за завтрак			
	<i>Банан</i>	<i>142/142</i>	
Итого за второй завтрак			
	<i>Огурец солёный</i>	<i>40/50</i>	
ОБЕД	<i>Борщ со сметаной</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Картофель тушёный с мясом</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Компот из яблок</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40/49</i>	
Итого за обед			
ПОЛДНИК	<i>Булочка Веснушка</i>	<i>50/50</i>	
	<i>Йогурт</i>	<i>150/160</i>	
Итого за полдник			
УЖИН	<i>Вермишель в молоке</i>	<i>150/180</i>	
	<i>Чай сладкий</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>28/28</i>	
Итого за ужин			
Итого за день:			