

День 1	пятница
--------	---------

Неделя	1
--------	---

Дата: 20.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
<b>ЗАВТРАК</b>	<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>Сок</i>	<i>100/114</i>	
Итого за второй завтрак			
	<i>Сельдь слабосоленая</i>	<i>40/40</i>	
<b>ОБЕД</b>	<i>Суп с крупой</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Биточки рыбные</i>	<i>70/80</i>	
	<i>Пюре картофельное с маслом</i>	<i>120/150</i>	
	<i>Компот лимонный</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40/42</i>	
Итого за обед			
<b>ПОЛДНИК</b>	<i>Бутерброд с сыром</i>	<i>30/31</i>	
	<i>Какао с молоком</i>	<i>180/200</i>	
Итого за полдник			
<b>УЖИН</b>	<i>Блинчики со сгущенным молоком</i>	<i>150/180</i>	
	<i>Чай сладкий</i>	<i>180/200</i>	
Итого за ужин			
Итого за день:			