День 1	понедельник	Неделя	1

Дата: 20.10.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	*Каша геркулесовая молочная*	*150/180*	
	Бутерброд с маслом	*32/30*	
	Какао с молоком	*180/200*	
Итого за завтрак			
	Сок	*100/100*	
Итого за второй завтрак			
	Суп - лапша куриная	*180/200*	
ОБЕД	*Плов из птицы*	*140/160*	
	Икра кабачковая	*40/40*	
	Компот из изюма	*180/200*	
	Хлеб ржаной	*35/38*	
Итого за обед			
ПОЛДНИК	*Булочка молочная*	*50/50*	
	Ряженка	*180/180*	
Итого за полдник			
	Соленый огурец	*40/40*	
	Пюре картофельное	*130/160*	
	Чай сладкий с лимоном	*180/200*	
	Хлеб пшеничный	*23/23*	
Итого за ужин			
Итого за день:			