

День	среда
------	-------

Неделя	1
--------	---

Дата: 24.12.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	160/180 28/28	
	<i>Бутерброд с маслом</i>	33/9	
	<i>Чай сладкий</i>	180/200	
<b>Итого за завтрак</b>			
	<i>Яблоко</i>	100/100	
<b>Итого за второй завтрак</b>			
	<i>Огурец солёный</i>	27/27	
ОБЕД	<i>Борщ со сметаной</i>	180/200	
	<i>Картофель тушеный с мясом</i>	120/130 70/50	
	<i>Компот из кураги</i>	180/200	
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/49	
<b>Итого за обед</b>			
ПОЛДНИК	<i>Вафли</i>	50/50	
	<i>Йогурт</i>	150/160	
<b>Итого за полдник</b>			
УЖИН	<i>Вермишель в молоке</i>	150/180	
	<i>Напиток из варенья</i>	180/200	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	28/28	
<b>Итого за ужин</b>			
<b>Итого за день:</b>			