

День	среда
------	-------

Неделя	1
--------	---

Дата: 25.02.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Каша пшеничная молочная</i>	<i>160/180</i>	
	<i>Бутерброд с маслом</i>	<i>33/9</i>	
	<i>Какао с молоком</i>	<i>180/200</i>	
Итого за завтрак			
	<i>Яблоко</i>	<i>100/100</i>	
Итого за второй завтрак			
	<i>Салат из свеклы</i>	<i>40/50</i>	
ОБЕД	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Мясо тушеное в соусе</i>	<i>60/50</i>	
	<i>Макароны с маслом</i>	<i>120/130</i>	
	<i>Компот из изюма</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40/49</i>	
Итого за обед			
ПОЛДНИК	<i>Булочка домашняя</i>	<i>50/50</i>	
	<i>Йогурт</i>	<i>150/160</i>	
Итого за полдник			
УЖИН	<i>Овощи тушеные с маслом</i>	<i>150/180</i>	
	<i>Яйцо варёное</i>	<i>40/20</i>	
	<i>Чай сладкий</i>	<i>180/200</i>	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>28/28</i>	
Итого за ужин			
Итого за день:			