

День 1	понедельник
--------	-------------

Неделя	1
--------	---

Дата: 28.09.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Каша геркулесовая молочная</i>	150/180	198,2 / 237,4
	<i>Бутерброд с маслом</i>	30/28/ 8/8	118,7
	<i>Чай сладкий</i>	180/200	79,0 /87,7
Итого за завтрак			
	<i>Сок</i>	111/100	43,6
Итого за второй завтрак			
	<i>Суп картофельный куриный</i>	180/200	130,0 / 162,5
	<i>Икра кабачковая</i>	42/50	127,5
	<i>Плов из птицы</i>	180/200	142 /162
	<i>Компот из кураги</i>	180/200	56,7 /61,8
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/45	72,7 /82,6
Итого за обед			
ПОЛДНИК	<i>Ватрушка с повидлом</i>	40/50	141,7
	<i>Кефир</i>	150/150	86,4
Итого за полдник			
УЖИН	<i>Пюре картофельное с маслом</i>	130/160	110 /120,8
	<i>Огурец солёный</i>	30/30	125,4
	<i>Чай сладкий</i>	180/200	24,4/27,1
	<i>Хлеб пшеничный</i>	25/25	71,1 /94,7
Итого за ужин			
Итого за день:			