

День

среда

Неделя

1

Дата: 03.12.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Каша пшённая молочная</i>	180/200	
	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	30/9	
	<i>Какао молочное</i>	180/200	
Итого за завтрак			
	<i>Яблоко</i>	106/106	
Итого за второй завтрак			
	<i>Салат из свёклы</i>	40/50	
	<i>Щи из свежей капусты</i>	180/200	
ОБЕД	<i>Рис отварной с маслом</i>	130/150	
	<i>Печень тушеная с маслом</i>	50/60	
	<i>Компот из изюма</i>	180/200	
	<i>Хлеб ржаной</i>	35/44	
Итого за обед			
ПОЛДНИК	<i>Вафли</i>	50/50	
	<i>Йогурт</i>	150/150	
Итого за полдник			
УЖИН	<i>Овощи тушеные</i>	150/180	
	<i>Яйцо вареное</i>	30/30	
	<i>Чай сладкий и лимоном</i>	180/200	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	25/25	
Итого за ужин			
Итого за день:			