

День 3

СРЕДА

Неделя

Дата: 04.02.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Творожная запеканка со сгущенным молоком</i>	150/180	
	<i>Бутерброд с маслом</i>	32/8 32/9	
	<i>Чай сладкий</i>	180/200	
Итого за завтрак			
	<i>Яблоко</i>	100/104	
Итого за второй завтрак			
	<i>Помидор свежий</i>	25/25	
ОБЕД	<i>Борщ со сметаной</i>	180/200	
	<i>Картофель тушёный по-домашнему</i>	130/150	
	<i>Компот из кураги</i>	180/200	
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/44	
Итого за обед			
ПОЛДНИК	<i>Печенье</i>	40/42	
	<i>Йогурт</i>	180/200	
Итого за полдник			
	<i>Вермишель в молоке</i>	150/180	
	<i>Напиток из варенья</i>	180/200	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	31/31	
Итого за ужин			
Итого за день:			