

День 3	среда
--------	-------

Неделя	2
--------	---

Дата: 26.08.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (ясли/сад)	Энергетическая ценность (ясли/сад)
ЗАВТРАК	<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	<i>150/180</i>	<i>176,1 / 211,9</i>
	<i>Бутерброд с маслом</i>	<i>28/7</i>	<i>116,0 /135,3</i>
	<i>Чай сладкий</i>	<i>180/200</i>	<i>83,4 /92,7</i>
Итого за завтрак			
	<i>Яблоко</i>	<i>140/103</i>	<i>41,7 /41,7</i>
Итого за второй завтрак			
	<i>Огурец солёный</i>	<i>35/35</i>	<i>5,6 /7,0</i>
ОБЕД	<i>Борщ со сметаной</i>	<i>180/200</i>	<i>186,2 /206,1</i>
	<i>Картофель по – домашнему с мясом</i>	<i>50/70</i>	<i>149,4 /202,0</i>
	<i>Компот из кураги</i>	<i>180/200</i>	<i>61,2 /68,0</i>
	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>36/40</i>	<i>72,5 /82,6</i>
Итого за обед			
ПОЛДНИК	<i>Печенье</i>	<i>36/36</i>	<i>242,2</i>
	<i>Кисель из повидла</i>	<i>180/200</i>	
Итого за полдник			
УЖИН	<i>Вермишель в молоке</i>	<i>150/180</i>	<i>135,4 /162,5</i>
	<i>Чай сладкий</i>	<i>180/200</i>	<i>26,3 /29,0</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>24/24</i>	<i>78,6</i>
Итого за ужин			
Итого за день:			