

На 22 мая 2026 г.

Возрастная категория: 1 - 3 года

День 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Энергетическая ценность, ккал	%
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	150	105,8	
	Кофейный напиток с молоком	160	79,1	
	Бутерброд с маслом и сыром	42	125,2	
Итого за завтрак		352	310,1	21,10
Второй завтрак	Батон	10	23,2	
	Апельсин	95	45,9	
Итого за второй завтрак		105	69,1	4,70
Обед	Салат из свежих овощей с растительным маслом	40	35	
	Суп с мясными фрикадельками	150	90,2	
	Печень по-строгановски	60	89,3	
	Каша гречневая рассыпчатая	110	165	
	Компот из ягод	150	45	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	40	82,4	
Итого за обед		550	506,9	34,49
Полдник	Снежок	180	138,6	
	Вафли	20	70,8	
Итого за полдник		200	209,4	14,25
Ужин	Салат из свежего огурца с луком репчатым	40	33,2	
	Рыба, тушёная в сметанном соусе	60	82,9	
	Картофель отварной	120	127,7	
	Сок фруктовый	150	60,6	
	Хлеб пшеничный	30	69,9	
Итого за ужин		400	374,3	25,47
Итого за день		1607	1469,8	100,00