

На 28 июля 2026 г.

Возрастная категория: 1 - 3 года

День 7

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Энергетическая ценность, ккал	%
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	150	115,4	
	Чай с молоком	150	67,2	
	Бутерброд с маслом и сыром	52	148,5	
Итого за завтрак		352	331,1	22,03
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	63	
	Груша	95	43,7	
Итого за второй завтрак		245	106,7	7,10
Обед	Салат из отварной свеклы с чесноком	40	41,1	
	Суп с галушками , с мясом и со сметаной	150	115,2	
	Биточки из курицы	50	125,8	
	Пюре картофельное с морковью	110	89,5	
	Компот из шиповника	150	56	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	20	41,2	
Итого за обед		520	468,8	31,20
Полдник	Снежок	180	138,6	
	Пряник	25	77,5	
Итого за полдник		205	216,1	14,38
Ужин	Салат морковный с маслом растительным	40	29,6	
	Вареники ленивые с маслом	150	210	
	Кисель клюквенный	180	76	
	Хлеб пшеничный	10	23,3	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	41,2	
Итого за ужин		400	380,1	25,29
Итого за день		1722	1502,8	100,00