

На 5 июня 2025 г.

Возрастная категория: 1 - 3 года

День 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Энергетическая ценность, ккал	%
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150	137,6	
	Какао с молоком	160	81	
	Бутерброд с маслом	34	96,4	
	Яйцо варёное	20	31,4	
Итого за завтрак		364	346,4	22,55
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	66	
	Яблоко	95	39,9	
Итого за второй завтрак		245	105,9	6,90
Обед	Салат из отварной свеклы с горошком консервированным	40	40	
	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	150	92,1	
	Биточки мясные рубленые	60	105,4	
	Картофельное пюре	110	100,65	
	Компот из сухофруктов(изюм)	150	66	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	40	82,4	
Итого за обед		550	486,55	31,68
Полдник	Молоко кипяченое	150	84,99	
	Булочка домашняя	60	165	
Итого за полдник		210	249,99	16,28
Ужин	Салат морковный с маслом растительным	40	29,6	
	Пудинг творожный	130	210	
	Сгущёное молоко	20	36,5	
	Чай без сахара	180	1	
	Хлеб пшеничный	30	69,9	
Итого за ужин		400	347	22,59
Итого за день		1769	1535,84	100,00