

На 14 октября 2025 г.

Возрастная категория: 1 - 3 года

День 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Энергетическая ценность, ккал	%
Завтрак	Каша вязкая пшеничная молочная	130	106,1	
	Кофейный напиток с молоком	150	72	
	Бутерброд с маслом	34	96,4	
	Яйцо варёное	40	62,8	
Итого за завтрак		354	337,3	23,02
Второй завтрак	Банан	95	90,3	
	Хлеб пшеничный	10	23,2	
Итого за второй завтрак		105	113,5	7,75
Обед	Помидор свежий	30	5,1	
	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	102,1	
	Котлета мясная рубленая	60	105,4	
	Картофельное пюре	60	54,9	
	Икра свекольная	60	60	
	Компот из сухофруктов	150	63	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	30	61,8	
Итого за обед		540	452,3	30,87
Полдник	Молоко кипяченое	150	84,9	
	Сдоба обыкновенная	60	164	
Итого за полдник		210	248,9	16,99
Ужин	Салат из солёного огурца	40	33,2	
	Шницель рыбный натуральный	60	81	
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	139,1	
	Чай с лимоном	180	36,6	
	Хлеб пшеничный	10	23,2	
Итого за ужин		400	313,1	21,37
Итого за день		1609	1465,1	100,00