

На 21 октября 2025 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	21,93
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	63	
	Груша	95	43,7	
Итого за второй завтрак		245	106,7	7,07
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	
	Картофельное пюре	110	96,4	
	Компот из шиповника	150	56	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	20	41,2	
Итого за обед		520	475,7	31,51
Полдник	Снежок	180	138,6	
	Пряник	25	77,5	
Итого за полдник		205	216,1	14,31
Ужин	Салат морковный с маслом растительным	40	29,6	
	Вареники ленивые с маслом	150	210,02	
	Кисель клюквенный	180	76	
	Хлеб пшеничный	10	23,3	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	20	41,2	
Итого за ужин		400	380,12	25,18
Итого за день		1722	1509,72	100,00