

На 26 ноября 2025 г.

Возрастная категория: 1 - 3 года

День 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Энергетическая ценность, ккал	%
Завтрак	Каша вязкая молочная "Дружба"	130	127,8	
	Чай с молоком	180	85	
	Бутерброд с маслом и сыром	42	124,1	
Итого за завтрак		352	336,9	25,01
Второй завтрак	Виноград	95	62	
	Батон	10	23,2	
Итого за второй завтрак		105	85,2	6,33
Обед	Огурец свежий	40	6,5	
	Суп-харчо, с мясом птицы	150	101,5	
	Жаркое по-домашнему	150	158,7	
	Сок яблочный	150	62	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	40	82,4	
Итого за обед		530	411,1	30,52
Полдник	Кефир	170	83,5	
	Баранка молочная, хл/завод	30	107	
Итого за полдник		200	190,5	14,14
Ужин	Помидор свежий	40	6,5	
	Омлет с натуральным молоком, с маслом	130	134,5	
	Капуста тушёная	110	82	
	Кисель брусничный	150	77	
	Хлеб пшеничный	10	23,2	
Итого за ужин		440	323,2	24,00
Итого за день		1627	1346,9	100,00