

На 30 декабря 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	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>352</b>	<b>331,1</b>	<b>21,37</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	63	
	Яблоко	95	43,7	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>245</b>	<b>106,7</b>	<b>6,89</b>
Обед	Кабачковая икра (промышленного производства)	40	44,6	
	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	
<b>Итого за обед</b>		<b>520</b>	<b>479,2</b>	<b>30,92</b>
Полдник	Снежок	180	138,6	
	Печенье	25	77,5	
<b>Итого за полдник</b>		<b>205</b>	<b>216,1</b>	<b>13,94</b>
Ужин	Салат морковный с маслом растительным	40	29,6	
	Сгущёное молоко	20	36,5	
	Пудинг творожный	150	210,02	
	Кисель клюквенный	180	76	
	Хлеб пшеничный	10	23,3	
	Хлеб ржано-пшеничный(Дарницкий)	20	41,2	
<b>Итого за ужин</b>		<b>420</b>	<b>416,62</b>	<b>26,88</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1742</b>	<b>1549,72</b>	<b>100,00</b>