

На 27 января 2026 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 | 23,78 |
| Второй завтрак | Груша | 95 | 43,7 | |
| | Хлеб пшеничный | 10 | 23,2 | |
| Итого за второй завтрак | | 105 | 66,9 | 4,72 |
| 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 | |
| Полдник | Молоко кипяченое | 150 | 84,9 | |
| | Сдоба обыкновенная | 60 | 164 | |
| Итого за полдник | | 210 | 248,9 | 17,55 |
| Ужин | Салат из свежего 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 | 22,07 |
| Итого за день | | 1609 | 1418,5 | 100,00 |