

Итого за полдник:				
Итого за день:				

Дата: 2.07.25

Завтрак	Граммы/ясли	Калорийность	Граммы/сад	Калорийность
1 каша овсяная	150	161,6	200	197,0
2 кофе на молоке	120	69,6	150	87,0
3 хлеб пшеничный	20	54,8	30	22,2
4 с маслом	4	30,0	5	37,5
5				
6				

Итого за завтрак:

Второй завтрак	Граммы/ясли	Калорийность	Граммы/сад	Калорийность
1 сок фруктовый	120	60,0	128	64,0
2				

Обед	Граммы/ясли	Калорийность	Граммы/сад	Калорийность
1 суп паровой с мясом	150	81,0	200	101,3
2 капуста тушеная	140	102,2	150	109,5
3 картофельное пюре	110	222,2	120	242,4
4 салат из овощей	32	52,8	40	66,0
5 компот с/ф	120	56,6	150	70,7
6				

Итого за обед:

Полдник	Граммы/ясли	Калорийность	Граммы/сад	Калорийность
1 запеканка творожная	80	152,2	100	190,3
2 порridge фруктовое	50	27,2	50	27,2
3 хлеб пшеничный	18	27,7	20	36,9
4 чай	120	29,2	150	36,5
5				
6				

Итого за полдник: