

Ежедневное меню на_ 20.08.2026 г.

	Наименование блюда	Порция, грамм ясли/сад	Калории ясли/сад
Завтрак	Каша пшённая молочная	150/180	167,7/201,24
	Коф.напиток с молоком	150/180	39,9/44,4
	Бутерброд с маслом	26/40	110,5/139,56
	Итого за завтрак	326/400	318,1/385,2
2й завтрак	Сок	100/100	42/42
	Итого за 2 завтрак	100/100	42\42
Обед	Борщ с капустой	150/180	87/95
	Картофельное пюре	120/130	110,13/120,13
	Бефстроганов из печени	60/60	120,72/120,72
	Компот из с\ф	150/180	39,9/47,88
	Огурец свежий	40/40	12,5/12,5
	Хлеб ржаной	20/20	69,6/87
	Итого за обед	540/620	445,85/500,23
Полдник	Булочка молочная	50/50	115,3/115,3
	Молоко	150/180	75,2/105,3
	Яблоки	100/100	52/52
	Итого за полдник	210/240	190,5/220,6
Ужин	Салат из свёклы	60/60	45/45
	Суфле рыбное	140/140	131/131
	Чай с сахаром	180/200	39,9/44,4
	Хлеб пшеничный	20/20	48/48
	Итог за ужин	380/420	382,9/399,4
	Итог за день	1556/1780	1379,35/1547,43