

Meinung на 28.10.2025

Примечания	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 7		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Каша рисовая	150	200	186	248,00	4,5	6,00	4,4	5,80	32,8	43,70
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71	2,16	2,59	10,02	12,02
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Яблоки	100	100	44	44,00	0,4	0,40	0,4	0,40	9,8	9,80
Итого за завтрак:		326	419	344,72	465,58	8,36	11,11	11,69	16,06	53,16	71,24
Итого за второй завтрак:		100	100	44	44	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8
Обед	Суп из консервы Сайра	180	200	78	87,00	6,2	6,80	1,9	2,10	9,8	10,90
	Жаркое по домашнему	170	200	365,5	430,00	20,2	23,77	23,7	27,88	17,74	20,88
	Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Салат из свежих овощей	40	50	36,95	46,19	0,36	0,33	3,64	4,55	0,82	1,03
	Итого за обед:	595	697,5	679,52	815,12	31,07	36,22	29,88	35,31	71,97	88,23
Полдник	Булочка Веснушка	70	70	220,5	220,50	5,25	5,25	4,34	4,34	38,22	38,22
	Чай с молоком	150	180	46	55,00	1,05	1,26	1,06	1,28	7,42	10,10
	Итого за полдник:	220	250	266,5	275,5	6,3	6,51	5,4	5,62	45,64	48,32
Итого за день:		1241	1466,5	1334,74	1600,2	46,13	54,24	47,37	57,39	180,57	217,59