



<b>26.01.2026</b>	<b>До 3-х лет</b>		<b>С 3 до 7 лет</b>	
	<b>Вес, гр</b>	<b>Калорийность, ккал</b>	<b>Вес, гр</b>	<b>Калорийность, ккал</b>
<b>Завтрак</b>				
Кофейный напиток с молоком	150	51.84	180	61.85
Запеканка из творога с курагой	130	121.23	150	183.99
Бутерброд с повидлом	35	42.69	40	42.69
Батон нарезной	15	37.64	20	50.06
Фрукты свежие (яблоко)	95	36.26	100	38.07
<i>Итого за завтрак:</i>		<b>289.36</b>		<b>376.66</b>
<b>2-й завтрак</b>				
Сок яблочный	150	63.07	180	117.36
<i>Итого за 2-й завтрак:</i>		<b>63.07</b>		<b>117.36</b>
<b>Обед</b>				
Салат витаминный растительным маслом	30	18.65	50	31.15
Суп харчо	150	128.62	180	154.34
Запеканка картофельная с печенью	170	229.12	200	287.37
Компот из плодов свежих (яблоки)	150	25.34	180	30.41
Хлеб ржаной	40	66.16	40	65.99
Зефир	-	-	30	54.07
<i>Итого за обед:</i>		<b>467.89</b>		<b>623.33</b>
<b>Уплотненный полдник</b>				
Салат из моркови с растительным маслом	30	18.00	50	30.06
Гуляш из мяса птицы	60	82.63	70	113.71
Рис с горошком, кукурузой и морковью	110	123.43	130	145.80
Компот из плодов сухих	150	59.36	180	71.23
Снежок	150	113.08	180	135.70
Батон нарезной	15	37.64	20	30.06
<i>Итого за уплотненный полдник:</i>		<b>434.14</b>		<b>546.56</b>

