

<i>«16» июня 2026 г.</i>		
<i>Завтрак:</i>	<i>объем, г.</i>	<i>ккал.</i>
<i>каша геркулес</i>	<i>150/200</i>	<i>171,3/228,4</i>
<i>бутерброд с сыром</i>	<i>25/30/7/10</i>	<i>104,5/140,5</i>
<i>какао с молоком</i>	<i>150/200</i>	<i>67,9/90,5</i>
		<i>343,7/459,4</i>
<i>II завтрак:</i>		
<i>фрукты</i>	<i>100</i>	<i>45,0</i>
<i>Обед:</i>		
<i>салат «витаминный»</i>	<i>30/50</i>	<i>34,2/45,6</i>
<i>суп с рыбными консервами</i>	<i>150/200</i>	<i>68,9/93,0</i>
<i>Печень говяжья по строгановски</i>	<i>80/90</i>	<i>150,9/175,4</i>
<i>картофельное пюре</i>	<i>100/130</i>	<i>107,0/137,1</i>
<i>компот из сухофруктов</i>	<i>150/200</i>	<i>83,9/111,8</i>
<i>хлеб</i>	<i>30/38</i>	<i>69,3/87,8</i>
		<i>527,3/476,0</i>
<i>Полдник:</i>		
<i>пудинг творожный</i>	<i>100/110</i>	<i>249,8/287,1</i>
<i>повидло</i>	<i>30/40</i>	<i>48,0/65,0</i>
<i>чай с сахаром</i>	<i>150/180</i>	<i>45,8/54,9</i>
<i>хлеб</i>	<i>20/30</i>	<i>46,2/69,3</i>
		<i>343,4/407,0</i>
<i>всего за день</i>		<i>1259,4/1387,4</i>