

<i>«28» мая 2026 г.</i>		
<i>Завтрак:</i>	<i>объем, г.</i>	<i>ккал.</i>
<i>каша дружба</i>	<i>150/200</i>	<i>169,7/226,2</i>
<i>бутерброд с маслом</i>	<i>25/3/30/5</i>	<i>79,3/104,4</i>
<i>какао с молоком</i>	<i>150/200</i>	<i>67,9/90,5</i>
		<i>342,7/433,4</i>
<i>II завтрак:</i>		
<i>йогурт</i>	<i>100</i>	<i>89,0</i>
<i>Обед:</i>		
<i>винегрет овощной</i>	<i>30/50</i>	<i>39,08/65,0</i>
<i>суп картофельный с бобовыми</i>	<i>150/200</i>	<i>59,3/79,0</i>
<i>рыба , запеченная в сметанном соусе</i>	<i>80/90</i>	<i>110,2/175,0</i>
<i>макаронные изделия отв.</i>	<i>100/130</i>	<i>92,0/119,6</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>452,3/637,8</i>
<i>Полдник:</i>		
<i>Омлет натуральный</i>	<i>65/65</i>	<i>104,5/115,0</i>
<i>вафли</i>	<i>20/20</i>	<i>70/70</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>229,3/299,5</i>
<i>всего за день</i>		<i>1113,3/1459,7</i>