

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 28.01.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность	
		ясли	сад	ясли (ккал)	сад
28.01.25	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (геркулес)	150	200/200	148,4	198
Н2Д2	<u>диета</u> – каша жидкая(рис) на воде с м/р	150	180	84	102
	кофейный напиток с молоком сгущ., <u>диета-</u> чай с сахаром	35/1шт	40/2шт	70,5	94
	хлеб/ яйцо отварное <u>диета-</u> печенье			365,9	457
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100	40/42	40/42
	10-00 сок	30	40		
	<u>обед:</u> огурец кислый	150	200	62,5	67
	суп картофельный с макаронными изделиями	130	150	205	218,5
	ленивые голубцы со сметанным соусом	150	180	101,8	101,8
	компот из сушёной фруктов	30	35	52,1	69,6
	хлеб ржаной			429,4	469,4
	<u>итого калорийность за обед</u>	60/10	120/15	92,8/25	185/25
	<u>Полдник:</u> оладьи/соус яблочный	150	180	75	90
	кисломолочный напиток <u>диета-</u> чай с сахаром			192,8	300
	<u>итого калорийность за полдник</u>				
	<u>ИТОГО:</u> калорийность за день			1070,7	1308,9