

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 О.В.Ворон  
 Дата 05.02.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
05.02.25	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой( рис)	150	200/200	ясли10,5ч сад10,5ч 193,4
Н1Д3	<u>диета</u> – рис отварной с м/р кофейный напиток с молоком сгущённым <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	85 91
	бутерброд с маслом <u>диета</u> -бутер. с повидлом	30/10	40/10/20	136 135,2
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			369,8 419,4
	10-00 сок	100	100	42 42
	<u>обед:</u>			
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5 82,1
	птица тушённая в соусе с овощами	180	220	241,2 269
	кисель из повидла	150	180	78,9 105,5
	хлеб ржаной	30	39	52,2 78,17
	<u>итого калорийность за обед</u>			434,8 570,8
	<u>Полдник:</u> манник на кефире/соус яблочный	150/15	150/15	250,3 250,3
	<u>диета-</u> рыба отварная, каша вязкая (пшённая) на воде с м/р		60/120	
	чай с сахаром	150	180	28 28
	<u>итого калорийность за полдник</u>			278,3 278,3
	<u>итого калорийность за день:</u>			1124,9 1310,5