

Утверждено:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 13.02.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
13.02.25	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (рис)	150	200/200	151
Н2Д4	<u>диета</u> – каша жидкая пшённная на воде с м/р			если 10,5ч сад 10,5ч
	чай с сахаром	150	180	40
	бутерброд с маслом <u>диета</u> – бутерброд с повидлом	30/10	40/10	136
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			315
	<u>10-00</u> фрукта свежая <u>диета</u> – яблоко тушёное	100	100/85	60
	<u>обед:</u>			
	суп картофельный с клёцками	150	200	51,8
	мясо тушённое с капустой и картофелем	170	190	363
	кисель из повидла	150	180	69,3
	хлеб ржаной	30	35	39,2
	<u>итого калорийность за обед</u>			531,3
	<u>Полдник:</u> омлет натуральный <u>диета</u> – каша	60	80	127
	гречневая с м/р, птица отварная		100/60	
	салат здоровье	40	50	32
	сок <u>диета</u> - чай с сахаром /хлеб	150/30	180/35	64/47
	<u>итого калорийность за полдник</u>			270
	<u>итого калорийность за день:</u>			1169
				1440,2