

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 О.В.Ворон

Дата 17.02.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5ч
17.02.25	<b>Завтрак:</b> макароны отварные с сыром	125/5/15	140/5/20	261,8	264
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р				
	чай с сахаром	150	180	28	40
	хлеб	35	40	58,8	94
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			348,6	398
	<b>10-00</b> сок/фр. свежая	100/100	100/100	40	44
	<b>обед:</b> огурец кислый	30	40	8	12
	суп рыбный	150	200	79,3	105,44
	тефтели мясные	60	70	116	162
	пюре картофельное диета-картофель отварной с м/р	110	130	18,1	19,9
	компот из св. фруктов	150	180	73,2	97,6
	хлеб ржаной	35	38	52,2	61
	<b>итого калорийность за обед</b>			424,5	597,2
	<b>Полдник:</b> омлет натуральный	60	80/150	127	157
	диета-овощи тушённые с мясом отварным				
	салат из квашенной капусты	40	45	50	62
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/ 20	180/5/7/40	29/47	41/94
	<b>итого калорийность за полдник</b>			236,9	344,44