

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 24.02.2025

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность(кк ал) | |
|------------------|---|------------|---------------|------------------------|--------------|
| | | ясли | сад | ясли10, 5ч | сад10,5 ч |
| 24.02.25 Н2Д1 | <u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> – каша жидкая пшённая на воде с м/р чай с сахаром | 150 | 200/220 | 148,8 | 198,4 |
| | хлеб /яйцо варёное <u>диета</u> – | 150 | 180 | 29 | 41 |
| | <u>итого калорийность за завтрак</u> | 35/1шт | 40/1шт | 70,5 | 94 |
| | 10-00 фрукта свежая | 100 | 110 | 248,3 | 328,4 |
| | <u>обед:</u> огурец кислый | 30 | 40 | 40 | 40 |
| | борщ с фасолью и картофелем | 150 | 200 | 8 | 12 |
| | тефтели рыбные тушённые <u>диета</u> – рыба отварная | 60 | 70 | 71,6 | 94,6 |
| | пюре картофельное <u>диета</u> – картофель отварной с м/р | 100 | 130 | 83 | 97,4 |
| | компот из св плодов | 150 | 180 | 110,2 | 137,4 |
| | хлеб ржаной | 30 | 35 | 73,2 | 87,9 |
| | <u>итого калорийность за обед</u> | | | 52,1 | 69,6 |
| | <u>Полдник:</u> сырники из творога/ джем <u>диета-</u> мясо тушённое с капустой | 50/20 | 100/20 150 | 398,1 | 498,9 |
| | молоко кипяченное <u>диета-</u> чай с сахаром | 150 | 180/180 | 116 | 310 |
| | <u>итого калорийность за полдник</u> | | | 85 | 102 |
| | <u>ИТОГО:</u> калорийность за день | | | 201 | 412 |
| | | | | 887,4 | 1279,3 |