

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
О.В.Ворон

Дата 05.03.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
05.03.25	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (рис)	150	200/150/60	148,8
Н1Д3	<u>диета</u> – рис отварной на воде с м/р, птица отварное			193,4
	кофейный напиток с молоком	150	180	85
	<u>диета</u> - чай с сахаром			91
	бутерброд с маслом	30/10	35/10	136
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			369,8
	<u>10-00</u> фрукты свежие	100	100	40
	<u>обед:</u>			40
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5
	птица тушённая в соусе с овощами <u>диета</u> – птица	150	230	241,2
	тушённая в соусе с овощами м/р			
	кисель	150	180	78,9
	хлеб ржаной	30	35	52,2
	<u>итого калорийность за обед</u>			442,8
	<u>Полдник:</u> лапшевник с творогом	100	150	188,7
	<u>диета-</u> рыба отварная, каша вязкая (пшённая) на воде с м/р		60/120	
	кисломолочный напиток <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	75
	<u>итого калорийность за полдник</u>			263,7
	<u>итого калорийность за день:</u>			1116,3
				105,5
				61,07
				517,6
				283
				92
				375
				1352