

Утверждено:  
 Заведующий МБДОУ  
 О.В.Ворон  
 Дата 06.03.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		сад	калорийность (ккал)
		ясли			
06.03.25	<b>Завтрак:</b> каша жидкая (гречка)	150		200/200	151
Н1Д4	<b>диета</b> – каша дружба на воде с м/р				
	чай с молоком <b>диета</b> – чай с сахаром	150		180	89
	хлеб/печенье овсяное	30/1шт		45/1шт	139,7
	<b>итого калорийность за завтрак</b>				376
	<b>10-00</b> фрукта свежая	70		700	30
	<b>обед:</b> свекла тушённая в сметане	40		60	40,8
	суп картофельный с бобовыми	150		200	79,95
	омлет паровой с мясом	160		200	338,6
	компот из сухофрукты	150		180	84,7
	хлеб ржаной	30		35	52,1
	<b>итого калорийность за обед</b>				596,1
	<b>Полдник:</b> кондит. изделие	2шт		2шт	139
	кисломолочный напиток <b>диета</b> - чай с сахаром	150		200	85
	<b>итого калорийность за полдник</b>				224,8
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>				1226
					1543,8