

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В. Ворон
 Дата 07.03.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
07.03.2025г Н1Д5	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес) <u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р чай с лимоном	150	200/200	148,8	198
	яйцо вареное/ <u>диета</u> – пряник	150	180	29	41
	хлеб пшеничный	30/1шт	30/1шт	63	63
	итого калорийность за завтрак	35	45	70,7	94
	10-00 фрукта свежая	70	70	311,5	396
	<u>обед:</u> огурец кислый	40	50	40	40
	суп овощной	150	200	8	12
	котлеты рубленные из птицы <u>диета</u> котлета из птицы с м/р	50	60	74,6	95,7
	каша вязкая гречневая <u>диета</u> – каша рас. на воде с м/р	110	130	85,8	119,5
	кисель	150	180	16,3	21,2
	хлеб ржаной	35	35	69,3	80,5
	итого калорийность за обед			52,1	58
	<u>Полдник:</u> булка домашняя	60	80	306,1	386
	кисломолочный напиток (сад) молоко(ясли)	150	180/180	179	286
	<u>диета-</u> чай с сахаром			75	90
	итого калорийность за полдник			254	376
	ИТОГО: калорийность за день			911,6	1198