

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 25.03.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
25.03.25 Н2Д2	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (геркулес) <u>диета</u> – рис отварной на воде с м/р	150	200/200	10,5ч 148,4 198
	кофейный напиток с молоком сгущ. <u>диета</u> - чай с лимоном	150	180	84 102
	хлеб/ яйцо отварное <u>диета</u> - печенье	30/1шт	40/1шт	70,5 94
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			365,9 457
	<u>10-00</u> сок	100	100	42,6 42,6
	<u>обед:</u>			
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5 67
	ленивые голубцы со сметанным соусом (слоённые)	150	180	205 218,5
	компот из сушёной фрукты	150	180	101,8 101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1 69,6
	<u>итого калорийность за обед</u>			421,4 457,4
	<u>Полдник:</u> оладьи/повидло	60/10	120/15	92,8/25 185/25
	кисломолочный напиток <u>диета</u> -чай с сахаром	150	180	75 90
	<u>итого калорийность за полдник</u>			192,8 300
	<u>ИТОГО:</u> калорийность за день			1012,7 1257