

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 10.04.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
10.04.25 Н2Д4	<u>Завтрак:</u> каша жидкая рисовая	150	200/110/50	151	154
	<u>диета</u> – рис отварной с м/р/птица отварная				
	чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом <u>диета</u> – бутерброд с повидлом	30/10	40/10	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			315	370,8
	10-00 фрукта свежая	100	100	66	66
	<u>обед:</u> огурец кислый	30	40	8	12
	суп картофельный с клецками	150	200	51,8	69
	мясо тушённое с капустой и картофелем	175	195	161	195
	кисель из повидла /кисели витаминизированный	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	39,2	61,07
	итого калорийность за обед			321,3	405,5
	<u>Полдник:</u> омлет натуральный <u>диета</u> – рыба	60	80	127	157
	запечённая с картофелем по - русски		190		
	салат «здоровье»	40	50	32	12
	сок /хлеб	150/30	180/35	64/47	76,8
	итого калорийность за полдник			270	293,8
	итого калорийность за день:			972,3	1136,1