

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 14.05.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		если	сад	
14.05.25	<u>Завтрак:</u> каша рисовая с фруктами	150	200	если 10,5ч сад 10,5ч 285
N1Д3	чай с сахаром	150	180	85
	хлеб	30	35	58,8
	итого калорийность за завтрак			358,3
	10-00 фрукты свежие	100	100	40
	<u>обед:</u> салат из молодой капусты	40	50	35
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5
	птица тушённая в соусе с овощами	150	230	241,2
	компот из сушёной фрукты	150	180	78,9
	хлеб ржаной	30	35	52,2
	итого калорийность за обед			470,1
	<u>Полдник:</u> манник на кефире классический	150	150	250,3
	<u>диета-</u> рыба отварная, каша вязкая (пшённая) на воде с м/р		60/120	
	кисломолочный на-ток <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180/20	75
	итого калорийность за полдник			325,7
	итого калорийность за день:			1194
				1422