


 Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 26.05.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
26.05.25	Завтрак: макароны отварные с сыром	150/15	175/20/150	261,8
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р			264
	чай с молоком диета-чай с сахаром	150	180	28
	хлеб	35	40	58,8
	итого калорийность за завтрак			398
	10-00 фр. свежая	100	110	40
	обед:			44
	суп рыбный	150	200	79,3
	тефтели мясная(1-й вариант)	60	70	132,2
	каша вязкая (гречка) диета-каша вязкая гречневая с м/р	110	130	91,8
	компот из св. фруктов	150	180	73,2
	хлеб ржаной	35	38	52,2
	итого калорийность за обед			61
				436,7
	Полдник: омлет натуральный диета-каша пшённая с м/р	60	85/100	127
	огурец свежий	40	50	6
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/20	180/5/7/40	29/47
	итого калорийность за полдник			41/94
				209
	ИТОГО: калорийность за день			1034
				1373