

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 29.05.2025
 «детский сад №6 «Радуга»»

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
20.05.25 Н1Д3	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(рис)	150	200	если 10,5ч сад 10,5ч 148,8 193,5
	чай с сахаром			
	бутерброд с маслом	150	180	85
	итого калорийность за завтрак	30/10	35/10	136
	10-00 сок			369,8
	<u>обед:</u> салат из молодой капусты	100	100	40
	суп картофельный с гречневой крупой	40	50	35
	птица тушённая в соусе с овощами	150	200	62,5
	компот из св, фрукты	150	230	241,2
	хлеб ржаной	150	180	78,9
	итого калорийность за обед	30	35	52,2
	<u>Полдник:</u> манник на кефире классический			470,1
	<u>диета-</u> рыба отварная, каша вязкая (пшённая) на воде с м/р	150	150	250,3
	чай с лимоном		60/120	
	итого калорийность за полдник	150	180/20	29
	итого калорийность за день:			279,3
				1159,2
				1321