

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 30.05.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
30.05.2025г Н1Д5	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес) <u>диета</u> – каша жидкая пшённая на воде с м/р чай с сахаром	150	200/200	148,8	198
	яйцо варёное	150	180	29	41
	хлеб пшеничный	30/1шт	30/1шт	63	63
	итого калорийность за завтрак	35	45	70,7	94
	10-00 фрукта свежая			311,5	396
	<u>обед:</u> огурец кислый	110	120	44	48
	борщ с капустой и картофелем	30	30	8	8
	котлеты рубленые из птицы	150	200	74,6	95,7
	каша вязкая гречневая <u>диета</u> – каша рас. на воде с м/р	60	70	85,8	119,5
	кисель из повидла	110	130	16,3	21,2
	хлеб ржаной	150	180	69,3	80,5
	итого калорийность за обед	35	35	52,1	58
	<u>Полдник:</u> булка домашняя			306,1	386
	кисломолочный напиток <u>диета</u> – чай с сахаром	60	80	179	286
	итого калорийность за полдник	150	180	64	90
	ИТОГО: калорийность за день			243	376
				904,6	1206