

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 20.06.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к кал)	
		ясли	сад	если10,5ч	сад10,5ч
20.06.25	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (манка)	150	200/150	151	154
Н2Д5	<u>диета</u> – каша гречневая рассыпчатая с м/р				
	молоко кипяченое <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	29	41
	хлеб/яйцо варёное <u>диета</u> - птица отварная	30/15	40/15/60	70,5/63	94/63
	итого калорийность за завтрак			313,5	352
	10-00 фрукта свежая	100	100	40	40
	<u>обед:</u> овощи свежие (огурец)	40	50	8	12
	рассольник ленинградский	150	200	76	97,6
	котлеты рубленые из птицы	50	70	85,8	119,5
	каша вязкая «Артек» <u>диета</u> – каша вязкая пшённая на воде с м/р	110	130	14,8	19,5
	сок	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			300,8	386,5
	<u>Полдник:</u> кондитерское изделие	2шт	2шт	250	250
	компот из свежих плодов	150	180	73,2	97,6
	итого калорийность за полдник			323,2	347,6
	ИТОГО: калорийность за день			977,5	1126,1