Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
_____ О.В.Ворон
Дата 02.07.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
02.07.25 Н2Д3	**Завтрак:** суп молочный с крупой (Артек) **диета** – каша пшеничная на воде с м/р	**150**	**200 /150**	**148,4**	**193,4**
	чай с лимоном	**150**	**180**	**29**	**41**
	бутерброд с маслом	**30/10**	**40/10**	**136**	**176,8**
	итого калорийность за завтрак			**313,4**	**411,2**
	10-00 фрукта свежая	**100**	**100**	**40**	**40**
	обед: свекла тушённая в сметане	**40**	**60**	**40,8**	**63,7**
	щи зелёные	**150**	**200**	**79,3**	**89,8**
	плов из птицы	**160**	**200**	**304**	**369**
	сок	**150**	**180**	**64**	**87,9**
	хлеб ржаной	**30**	**35**	**52,2**	**61,07**
	итого калорийность за обед			**540,3**	**671,4**
	Полдник: запеканка из творога **диета-** жаркое по- домашнему	**50**	**100** **150**	**123,5/21**	**247/35**
	молоко кипячёное **диета-** чай с сахаром	**150**	**180**	**28**	**40**
	итого калорийность за полдник			**172,5**	**322**
	ИТОГО: **калорийность за день**			**1070,7**	**1445,8**