

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 ИО О.А.Шевель
 Дата 08.07.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к кал)	сад	если ясли сад 10,5ч 10,5ч	175,8
		ясли	сад				
08.07.2025	Завтрак: суп молочный манный	150	200/200	98,5			
N1Д2	диета – каша жидкая овсяная на воде с м/р	150	180	29		41	
	чай с лимоном	30	35	58,8		94	
	хлеб			186,3		310,6	
	итого калорийность за завтрак			20		20	
	10-00 фр. свежая	60	60	8		12	
	обед: огурец свежий	20	25	60		100	
	щи зелёные	150	200	132		195	
	тефтели мясные	50	70	18,1		19,9	
	каша вязкая(пшено) диета- вязкая пшённая на воде с м/р	110	130	64		76,8	
	сок	150	180	52,2		61,07	
	хлеб ржаной	30	36	334,3		464,7	
	итого калорийность за обед			191,2/21		200,76	
	Полдник: запеканка из творога с морковью/ соус яблочный	100/30	100/50			/35	
	диета- овощи тушённые с мясом отварным		150				
	чай с сахаром	150	180	28		40	
	итого калорийность за полдник			240,2		275,8	
	ИТОГО: калорийность за день			884,8		1178,1	