

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон

Дата 13.08.2025



дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
13.08.25	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой артек	150	200 / 150	148,4	сад 10,5ч
Н2Д3	<u>диета</u> – каша пшеничная на воде с м/р				193,4
	чай с лимоном	150	180	29	41
	бутерброд с сыром <u>диета</u> – бутерброд с повидлом	30/5/10	40/5/10	140,5	178
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			317,9	412,4
	10-00 фрукта свежая	60	60	40	40
	<u>обед:</u> огурец свежий	30	40	40,8	63,7
	суп овощной	150	200	79,3	89,8
	плов из птицы	160	210	304	369
	сок	150	180	64	87,9
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	<u>итого калорийность за обед</u>			540,3	671,4
	<u>Полдник:</u> запеканка из творога	50	100	123,5/21	247/35
	<u>диета-</u> жаркое по- домашнему		150		
	какао с молоком <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	28	40
	<u>итого калорийность за полдник</u>			172,5	322
	<u>ИТОГО:</u> калорийность за день			1070,7	1445,8