

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

О.В.Ворон



	ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
14.08.25 Н2Д4	150	200/150	151	154
<u>Завтрак:</u> каша жидкая рисовая				
<u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р				
чай с сахаром	150	180	6,99	40
хлеб	30	40	70,5	94
<u>итого калорийность за завтрак</u>			228,5	293,9
10-00 фрукта свежая	60	70	66	66
<u>обед:</u>				
суп картофельный с клёцками	150	200	51,8	69
мясо, тушённое с капустой и картофелем	175	195	363	399
кисель из повидла	150	180	69,3	80,5
хлеб ржаной	30	35	39,2	61,07
<u>итого калорийность за обед</u>			531,3	621,57
<u>Полдник:</u> омлет натуральный / огурец	60/25	80/30	127	157
<u>диета</u> -каша гречневая рассыпчатая с м/р		130		
компот из свежих плодов /хлеб	150/30	180/35	64/47	76,8/94
<u>итого калорийность за полдник</u>			238	327,8
<u>итого калорийность за день:</u>			1063,8	1309,3