

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 22.08.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
22.08.2025г	Завтрак: суп молочный с крупой(геркулес)	150	200/200	148,8	198
N1Д5	диета – каша овсяная жидкая на воде с м/р				
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб пшеничный	35	45	70,7	94
	яйцо варёное	1шт	1шт	63	63
	диета – бутерброд с повидлом		10		
	итого калорийность за завтрак			311,5	396
	10-00 плоды свежие	60	60	40	40
	обед: огурец свежий	40	45	8	12
	борщ с капустой и картофелем	150	200	74,6	95,7
	котлеты, рубленные из птицы	50	70	85,8	119,5
	каша вязкая (гречка)	110	130	16,3	21,2
	кисель из повидла	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	35	35	52,1	58
	итого калорийность за обед			306	386,9
	Полдник: булка домашняя	1шт	2шт	139,8	279,8
	чай с сахаром	150	180	75	102
	итого калорийность за полдник			214,8	381,8
	ИТОГО: калорийность за день			872,3	1204