

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон

Дата 27.08.2025

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