

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 05.09.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
05.09.2025г Н1Д5	Завтрак: суп молочный с крупой(геркулес) диета – каша овсяная жидкая на воде с м/р чай с лимоном	150	200/200	148,8	198
	хлеб пшеничный	150	180	29	41
	яйцо варёное	35	45	70,7	94
	диета – бутерброд с повидлом	1шт	1шт	63	63
	итого калорийность за завтрак		10		
	10-00 плоды свежие	60	60	311,5	396
	обед: огурец свежий	40	45	40	40
	борщ с капустой и картофелем	150	200	8	12
	котлеты, рубленные из птицы	50	70	74,6	105,44
	каша вязкая (гречка)	110	130	85,8	119,5
	компот из свежих плодов	150	180	16,3	21,2
	хлеб ржаной	35	35	69,3	87,9
	итого калорийность за обед			52,1	58
	Полдник: булка домашняя	1шт	1шт	306	404
	сок	150	180	139,8	257,6
	итого калорийность за полдник			75	76,8
	ИТОГО: калорийность за день			214,8	334,6
				872,3	1174,6