

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 12.09.2025
 «Радуга»

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к		
		ясли	сад	кал	если10,5ч	сад10,5ч
12.09.25	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (рис)	150	200/150	151		154
N2D5	<u>диета</u> – каша жидкая пшённая на воде с м/р					
	чай с лимоном	150	180	29		41
	хлеб / яйцо варёное	30/1шт	40/1шт	70,5		94
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			250,5		289
	10-00 яблоки	60	60	40		40
	<u>обед:</u>					
	суп картофельный с крупой	150	200	79		97,6
	котлеты, рубленные	50	70	85,8		119,5
	пюре гороховое	110	130	14,8		19,5
	сок	150	180	73,2		97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,2		61,07
	<u>итого калорийность за обед</u>			302		395,3
	<u>Полдник:</u> булка дорожная	60	80	250		250
	компот	150	180	28		40
	<u>итого калорийность за полдник</u>			278		290
	<u>ИТОГО:</u> калорийность за день			901,4		1312,7