

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В. Ворон
 Дата: 01.10.2025
 Калорийность (ккал)
 ясли 10,5 сад 10,5 ч

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
01.10.25 Н1Д3	Завтрак: салат из моркови	40	60	31,38
	суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> - каша жидкая	150	200/150	193,5
	пшённая на воде с м/р			
	кофейный напиток с молоком сгущ. <u>диета</u> -чай с сахаром	150	180	91
	хлеб	30	30	176,8
	итого калорийность за завтрак			
	10-00 сок/печенье	100/1шт	100/1шт	40
	обед: помидор свежий	30	40	12
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	82,1
	птица, тушённая в соусе с овощами	180	230	269
	кисель из свежих плодов	150	180	105,5
	хлеб ржаной	30	35	61,07
	итого калорийность за обед			
	Полдник: оладьи/ повидло	60	60	529,7
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чий с сахаром	150	180	92
	итого калорийность за полдник			342,3
	итого калорийность за день:			1147,3