Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон

Дата 03.10.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
03.10.2025г Н1Д5	**Завтрак:** суп молочный с крупой (геркулес) **диета** – каша овсяная(без глютина) жидкая на воде с м/р	**150**	**200/200**	**148,8**	**198**
	чай с лимоном	**150**	**180**	**29**	**41**
	хлеб пшеничный	**35**	**45**	**70,7**	**94**
	яйцо варёное **диета** – бутерброд с повидлом	**1шт**	**1шт**	**63**	**63**
	итого калорийность за завтрак			**311,5**	**396**
	10-00 яблоко	**70**	**80**	**65**	**85**
	обед: помидор свежий	**40**	**45**	**8**	**12**
	суп рыбный	**150**	**200**	**74,6**	**105,44**
	котлеты, рубленные из птицы	**50**	**70**	**85,8**	**119,5**
	каша вязкая (гречка) **диета –** каша вязкая с м/р	**110**	**130**	**16,3**	**21,2**
	компот из свежих плодов	**150**	**180**	**69,3**	**87,9**
	хлеб ржаной	**35**	**35**	**52,1**	**58**
	итого калорийность за обед			**306**	**404**
	Полдник: булка ванильная	**1шт**	**1шт**	**139,8**	**257,6**
	сок	**150**	**180**	**75**	**76,8**
	итого калорийность за полдник			**214,8**	**334,6**