

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

О.В.Ворон

Дата 12.11.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
12.11.25	<u>Завтрак:</u> салат из моркови	40	60	20,92
Н1Д3	сул молочный с крупой (пшено) <u>диета-</u> каша жидкая	150	200/150	148,8
	пшённая на воде с м/р	150	180	85
	кофейный напиток с молоком сгущ. <u>диета-</u> чай с сахаром	30	40	136
	хлеб			369,8
	итого калорийность за завтрак	60	60	40
	10-00 плоды свежие (банан)	30	40	8
	<u>обед:</u> помидор свежий	150	200	62,5
	сул картофельный с гречневой крупой	180	230	241,2
	птица, тушённая в соусе с овощами	150	180	78,9
	кисель из свежих плодов9ясли0 витаминизированный			
	кисель (сад)	30	35	52,2
	хлеб ржаной			412,8
	итого калорийность за обед	60/15	60/15	167
	<u>Полдник:</u> оладьи/ повидло	150	180	75
	кисломолочный напиток <u>диета -</u> чий с сахаром			
	итого калорийность за полдник			325,3
	итого калорийность за день:			1147,3
				342,3
				1373,3