



дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
28.11.2025г Н1Д5	Завтрак: суп молочный с крупой (геркулес) диета – каша овсяная жидкая на воде с м/р чай с лимоном	150	200/200	148,8
	хлеб пшеничный	35	180	29
	итого калорийность за завтрак	60	45	70,7
	10-00 яблоко	40	80	311,5
	обед: овощи свежие	150	45	65
	суп рыбный	50	200	8
	котлеты, рубленые из птицы	110	70	74,6
	диета-котлеты из птицы с м/р Каша вязкая (гречка)	150	130	85,8
	диета- каша рассыпчатая гречневая с м/р	35	180	16,3
	компот из свежих плодов	1шт	35	69,3
	хлеб ржаной	1шт	1шт	52,1
	итого калорийность за обед	150	180	306
	Полдник: булка ванильная	1шт	1шт	139,8
	сок	150	180	75
	итого калорийность за полдник			214,8
				76,8
				334,6