

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 10.12.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
10.12.25	<u>Завтрак:</u> салат из моркови	40	60	ясли 10,5ч сад 10,5ч 20,92 31,38
N1Д3	суп молочный с крупой (пшено) <u>диета-</u> каша жидкая	150	200/150	148,8 193,5
	пшённая на воде с м/р			
	кофейный напиток с молоком сгущ. диета-чай с сахаром	150	180	85 91
	хлеб	30	40	136 176,8
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			369,8 461,3
	10-00 плоды свежие	60	60	40 40
	<u>обед:</u> салат из квашенной капусты	40	45	8 12
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5 82,1
	птица, тушённая в соусе с овощами	180	230	241,2 269
	сок	150	180	78,9 105,5
	хлеб ржаной	30	35	52,2 61,07
	<u>итого калорийность за обед</u>			412,8 529,7
	<u>Полдник:</u> оладьи/ повидло	60/15	60/15	167 167
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чий с сахаром	150	180	75 92
	<u>итого калорийность за полдник</u>			325,3 342,3
	<u>итого калорийность за день:</u>			1147,3 1373,3

дата	наименование приёма пищи/наименование	выход (гр)	калорийность(к
------	---------------------------------------	------------	----------------