

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 12.12.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
12.11.2025г	Завтрак: суп молочный с крупой (Артек)	150	200/200	148,8	198
Н1Д5	диета – каша жидкая на воде с м/р				
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб пшеничный/яйцо варёное	35/0,5шт	45/0,5шт	70,7	94
	итого калорийность за завтрак			311,5	396
	10-00 сок	100	100	65	85
	обед: огурец кислый	25	30	8	12
	суп рыбный	150	200	74,6	105,44
	каша вязкая Артек	110	130	12	21
	котлета, рубленая из птицы	50	70	85,8	119,5
	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
	чай	150	180	75	76,8
	итого калорийность за полдник			214,8	334,6