Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
_____ О.В.Ворон

Дата 19.12.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
19.12.25 Н2Д5	**Завтрак:** каша жидкая (манка) **диета** – каша жидкая с м/р	**150**	**200/150**	**151**	**154**
	чай с лимоном	**150**	**180**	**29**	**41**
	хлеб / яйцо варёное	**30/1шт**	**40/1шт**	**70,5/36**	**94/72**
	итого калорийность за завтрак			**286,5**	**361**
	10-00 сок	**100**	**100**	**40**	**40**
	обед:				
	суп картофельный с крупой	**150**	**200**	**58,6**	**72,6**
	котлеты, рубленные **диета-**котлеты из говядины с м/р	**50**	**70**	**116**	**162**
	пюре гороховое **диета-** картофель отварной с м/р	**110**	**130**	**290**	**252,5**
	компот из св. плодов	**150**	**180**	**64**	**76,8**
	хлеб ржаной	**30**	**35**	**52,2**	**61,07**
	итого калорийность за обед			**518**	**635**
	Полдник: булка дорожная	**60**	**80**	**155,1**	**225**
	чай с сахаром	**150**	**180**	**73,2**	**97,6**
	итого калорийность за полдник			**261,3**	**322,6**
	ИТОГО: **калорийность за день**			**1129**	**1358**