



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 30.12.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
30.12.25	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (геркулес)	150	200/200	10,5ч	10,5ч
N2Д2	<u>диета</u> — каша овсяная жидкая на воде с м/р			148,4	198
	чай с сахаром				
	хлеб	150	180	84	102
		30	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			323,8	425,4
	10-00 яблоко	100	100		
	<u>обед:</u>				
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5	67
	плов из птицы	160	200		
	компот из сушёных фруктов	150	180	101,8	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			490	588,5
	<u>Полдник:</u> печенье				
	сок	2шт	2шт	214,5	214,5
		150	180	45	90
	итого калорийность за полдник			1189	304,5