

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ

О.В.Ворон
Дата 26.01.2026

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5ч
26.01.26	Завтрак: суп молочный геркулес	150/200	200	261,8	264
Н1Д1	диета- каша жидкая геркулесовая	150	180	28	40
	чай с сахаром	35	35	58,8	94
	хлеб			348,6	398
	итого калорийность за завтрак	100/100	100/100	40	44
	10-00 сок/фр. свежая				
	обед:				
	борщ с капустой и картофелем	150	200	79,3	105,44
	тефтели мясные	60	70	116	162
	пюре картофельное диета-картофель отварной с м/р	110	130	18,1	19,9
	компот из св. фруктов	150	180	73,2	97,6
	хлеб ржаной	35	38	52,2	61
	итого калорийность за обед	150/200	200	424,5	597,2
	Полдник: суп молочный манный			127	157
	диета-каша гречневая с маслом растительным	150/5/5/	180/5/7/40	29/47	41/94
	чай с лимоном/хлеб	20			
	итого калорийность за полдник			236,9	344,44