Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
_____ О.В.Ворон
Дата 09.02.2026

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
09.02.26 Н1Д1	**Завтрак:** макароны отварные с сыром **диета**-макароны с м/р	**150/5/15**	**175/5/15**	**148,4**	**193,4**
	какао с молоком **диета - чай с сахаром**	**150**	**180**	**29**	**41**
	хлеб	**30**	**40**	**140,5**	**178**
	итого калорийность за завтрак			**317,9**	**412,4**
	10-00 сок	**60**	**70**	**40**	**40**
	обед: огурец кислый	**25**	**30**	**40,8**	**63,7**
	борщ с капустой и картофелем	**150**	**200**	**79,3**	**89,8**
	тефтели мясные	**50**	**70**	**304**	**369**
	пюре картофельное **диета** – картофель отварной с м/р	**110**	**130**	**91,8**	**158**
	компот из свежих плодов	**150**	**180**	**64**	**87,9**
	хлеб ржаной	**30**	**35**	**52,2**	**61,07**
	итого калорийность за обед			**540,3**	**671,4**
	Полдник: суп молочный манный **диета-**каша жидкая манная с м/р,	**150**	**200**	**98,5**	**175,8**
	чай с лимоном/ хлеб	**150/20**	**180/25**	**28**	**40**
	итого калорийность за полдник			**172,5**	**215**
	ИТОГО: **калорийность за день**			**1070,7**	**1371**