

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

О.В.Ворон

Дата 11.02.2026

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
11.02.26	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой( пшено)	150	200/200	148
Н1Д3	<u>диета</u> – каша жидкая пшенная на воде с м/р			
	чай с сахаром	150	180	40
	хлеб	30	40	58,8
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			234,8
	<b>10-00</b> банан	60	60	42
	<u>обед:</u> огурец кислый	25	30	8
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5
	птица, тушённая в соусе с овощами	180	220	240
	кисель из св. плодов	150	180	78,9
	хлеб ржаной	30	39	52,2
	<b>итого калорийность за обед</b>			433,6
	<u>Полдник:</u> каша жидкая молочная	150	150	148
	<u>диета-</u> рыба отварная, каша вязкая (пшённая) на воде с м/р		60/120	
	чай с лимоном/хлеб	150/20	180/20	29
	<b>итого калорийность за полдник</b>			177
	<b>итого калорийность за день:</b>			887
				ясли10,5ч сад10,5ч
				193,4