Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
_____ О.В.Ворон

Дата 12.02.2026

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
12.02.26 Н1Д4	**Завтрак:** каша жидкая (гречка) **диета** – каша на воде с м/р	**150**	**200/200**	**151**	**154**
	чай с сахаром	**150**	**180**	**89**	**107**
	хлеб с маслом **диета –** бутерброд с повидлом	**30/10**	**40/10/20**	**136**	**176,8**
	итого калорийность за завтрак			**376**	**437,8**
	10-00 плоды свежие	**60**	**60**	**75**	**75**
	обед: икра свекольная	**40**	**60**	**37,48**	**56**
	суп картофельный с бобовыми **диета –** суп картофельный с курицей	**150**	**200**	**79,95**	**106,6**
	суфле куриное	**55**	**70**	**237**	**351**
	рис с овощами	**110**	**130**		
	компот из сухофрукты	**150**	**180**	**84,7**	**113**
	хлеб ржаной	**30**	**35**	**52,1**	**61,07**
	итого калорийность за обед			**513,4**	**687,7**
	Полдник: кондитерское изделие	**150/20**	**150/20**	**75**	**75**
	кисломолочный напиток **диета -** чай с сахаром	**150**	**180**	**75**	**90**
	итого калорийность за полдник			**214,8**	**299,4**
	ИТОГО: **калорийность за день**			**1144,1**	**1464,9**