

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон

Дата 17.02.2026г



дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
17.02.26	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (геркулес)	150	200/200	10,5ч	10,5ч
Н2Д2	<u>диета</u> – каша овсяная жидкая на воде с м/р			148,4	198
	салат из моркови	40	60	20,92	31,38
	кофейный напиток с молоком сгущённым <u>диета</u> -чай с сахаром	150	180	84	102
	хлеб	30	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			323,8	425,4
	10-00 плоды свежие	60	60	42/46	42/46
	<u>обед:</u> капуста тушёная	50	50	23	23
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5	67
	омлет паровой с мясом	115	150	241	317,5
	<u>диета</u> —гуляш из отварного мяса, картофель отварной с м/р	150	180	101,8	101,8
	компот из сушёных фруктов	30	35	52,1	69,6
	хлеб ржаной			490	588,5
	итого калорийность за обед			214,5	214,5
	<u>Полдник:</u> каша жидкая(рис) <u>диета</u> —каша вязкая рисовая на воде с м/р	150	150	45	90
	чай с сахаром	150	180	1189	304,5
	итого калорийность за полдник			1173	1400,2
	ИТОГО: калорийность за день				