

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 19.02.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
19.02.26	Завтрак: каша жидкая (рис)	150	200/150	151	154
Н2Д4	диета – каша вязкая рисовая с м/р чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом	30/10	40/10	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			315	370,8
	10-00 салат фруктовый	100	100	57	57
	обед:				
	суп картофельный с клецками	150	200	51,8	69
	жаркое по- домашнему	170	200	205	205
	кисель из повидла	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	52	61
	итого калорийность за обед			386,1	427,5
	Полдник: омлет с овощами	80	80	103,8	135
	диета-макароны отварные с м/р салат из солёных огурцов	40	60	21	25
	напиток из шиповника/хлеб	150/30	180/35	65,8/47	79/94
	итого калорийность за полдник			237,6	336
	итого калорийность за день:			1043	1191,3