

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 11.03.2026г

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность(ккал) | |
|----------|--------------------------------------------------|------------|---------|--------------------|----------|
| | | ясли | сад | ясли10,5ч | сад10,5ч |
| 11.03.26 | Завтрак: суп молочный с крупой (пшено) | 150 | 200/200 | 148 | 193,4 |
| Н1Д3 | диета – каша жидкая пшенная на воде с м/р | 150 | 180 | 28 | 91 |
| | кофейный напиток с молоком | 30 | 40 | 58,8 | 94 |
| | хлеб | | | 234,8 | 378,4 |
| | итого калорийность за завтрак | 100 | 100 | 42 | 42 |
| | 10-00 сок | | | | |
| | обед: | | | | |
| | суп картофельный с гречневой крупой | 150 | 200 | 62,5 | 69 |
| | птица, тушённая в соусе с овощами | 180 | 220 | 240 | 269 |
| | кисель из св. плодов (ясли) кисель | 150 | 180 | 78,9 | 80,5 |
| | витаминизированный (сад) | | | | |
| | хлеб ржаной | 30 | 39 | 52,2 | 61,07 |
| | итого калорийность за обед | 60/15 | 60/15 | 148 | 148 |
| | Полдник: оладьи/ повидло | 150 | 180 | 29 | 41 |
| | сок | | | 177 | 189 |
| | итого калорийность за полдник | | | 887 | 1038 |
| | итого калорийность за день: | | | | |