

Утверждаю:  
 Заведующий МБ ДОУ  
 О.В.Ворон

Дата 13.03.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
13.03.2025г	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес)	150	200/200	148,8
Н1Д5	<u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р	150	180	29
	чай с лимоном	30/1шт	30/1шт	63
	яйцо вареное/ диета – печенье	35	45	70,7
	хлеб пшеничный			311,5
	<b>итого калорийность за завтрак</b>	60	60	40
	<b>10-00</b> фрукта свежая			
	<u>обед:</u>			
	суп рыбный	150	200	74,6
	котлеты рубленные из птицы	50	60	85,8
	каша вязкая «Артек»	100	110	16,3
	компот из свежих плодов	150	180	69,3
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	<b>итого калорийность за обед</b>			306,1
	<u>Полдник:</u> булка ванильная	60	80	179
	молоко кипячёное	150	180	75
	<b>итого калорийность за полдник</b>			254
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			911,6