

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

О.В.Ворон

Дата 25.03.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
25.03.26	Завтрак: суп молочный с крупой (пшено)	150	200/200	148	193,4
Н1Д3	диета – каша жидкая пшеничная на воде с м/р				
	чай с сахаром	150	180	28	91
	хлеб	30	40	58,8	94
	Итого калорийность за завтрак			234,8	378,4
	10-00 банан	60	60	42	42
	обед:				
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	69
	капуста, тушённая с мясом кур	150	200	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			433,6	479,6
	Полдник: оладьи/ повидло	60/10	60/10	148	148
	какао с молоком диета - чай с сахаром	150	180	29	41
	Итого калорийность за полдник			177	189
	Итого калорийность за день:			887	1038