

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 26.03.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
26.03.26 Н1Д4	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (гречка) <u>диета</u> – каша гречневая на воде с м/р чай с молоком <u>диета</u> - чай с сахаром	150	200/200	151 154
	бутерброд с маслом <u>диета</u> – бутерброд с повидлом	150	180	89
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	30/10	40/10/15	136
	10-00 плоды свежие	100	110	376 75
	<u>обед:</u> икра свекольная	40	60	37,48
	суп картофельный с бобовыми	150	200	79,95
	<u>диета</u> – суп картофельный с курицей			
	суфле куриное	50	60	237
	рис отварной с овощами	110	130	134,7
	компот из смеси сухофруктов	150	180	84,7
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	<u>итого калорийность за обед</u>			513,4
	<u>Полдник:</u> кондитерское изделие	40	40	75
	молоко кипячёное <u>диета</u> - чай с лимоном	150	180	75
	<u>итого калорийность за полдник</u>			214,8
	<u>ИТОГО: калорийность за день</u>			1144,1