

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

О.В.Ворон

Дата 02.04.26

Дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
02.04.26	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (рис)	150	200/150	ясли 10,5ч сад 10,5ч
Н2Д4	<u>диета</u> – каша вязкая рисовая на воде с м/р чай с сахаром	150	180	154
	бутерброд с маслом <u>диета</u> - бутерброд с повидлом	30/10	40/10	28
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			176,8
	<u>10-00</u> фрукты свежие	100	100	370,8
	<u>обед:</u>			66
	суп картофельный с клецками <u>диета</u> - суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	51,8
	жаркое по- домашнему	170	200	205
	кисель из повидла	150	180	69,3
	хлеб ржаной	30	35	80,5
	<u>итого калорийность за обед</u>			61
	<u>Полдник:</u> омлет с овощами	80	80	427,5
	<u>диета</u> -рыба запечённая с картофелем по-русски		190	135
	огурец кислый	40	60	20
	напиток из шиповника/хлеб	150/30	180/35	65,8/47
	<u>итого калорийность за полдник</u>			79/94
	<u>итого калорийность за день:</u>			336
				1191,3