

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 10.04.26

Дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
10.04.2026г Н1Д5	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес)	150	200/200	148,8
	<u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р	150	180	41
	чай с лимоном	30/1шт	30/1шт	63
	яйцо вареное	35	45	94
	хлеб пшеничный			311,5
	итого калорийность за завтрак	60	60	40
	<u>10-00</u> фрукта свежая (банан)			
	<u>обед:</u>			
	суп рыбный	150	200	79,3
	котлеты рубленые <u>диета</u> - котлета куриная с м/р	50	70	85,8
	каша вязкая гречневая <u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р	100	130	16,3
	компот из свежих плодов	150	180	73,2
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	итого калорийность за обед	60	80	306,1
	<u>Полдник:</u> булка ванильная			193,6
	сок	150	180	64
	итого калорийность за полдник			257,6
	ИТОГО: калорийность за день			915,2
				105,44
				119,5
				21,2
				87,9
				58
				392
				257,6
				76,8
				334,6
				1162,6