

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 20.05.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
20.05.26	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (пшено)	150	200/200	148,8	193,4
Н1Д3	<u>диета</u> – каша жидкая пшенная на воде с м/р	150	180	85	91
	кофейный на-ток с молоком <u>диета</u> -чай с сахаром	30/10	40/10	136	94
	бутерброд с маслом		40/10		
	<u>диета</u> - бутерброд с повидлом			369,8	378,4
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100	40	40
	10-00 плоды свежие(яблоко)	30	40	8	12
	<u>обед:</u> огурец свежий				
	суп картофельный с гречневой крупой на мясном бульоне	150	200	62,5	82,1
	голубцы слоённые (мясо говядина)	150	180	241,2	269
	<u>диета</u> – гуляш из отварного мяса, картофель отварной с м/р	150	180	78,9	105,5
	кисель из свежих плодов	30	39	52,2	78,2
	хлеб ржаной			442,8	546,8
	<u>итого калорийность за обед</u>	60/10	80/15	167	167
	<u>Полдник:</u> оладьи/ повидло	150	180	75	92
	чай с лимоном			242	259
	<u>итого калорийность за полдник</u>				
	<u>итого калорийность за день:</u>			1094,6	1224