

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 22.05.2026г
«Радуга»

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
22.05.2026г	Завтрак: суп молочный с крупой (геркулес)с маслом сливочным	150	200/200	148,8	198
Н1Д5	диета — каша вязкая на воде с м/р				
	чай с лимоном	150	180	29	41
	яйцо вареное	30/1шт	30/1шт	63	63
	хлеб пшеничный	35	45	70,7	94
	итого калорийность за завтрак			311,5	396
	10-00 фрукта свежая (яблоко)	100	100	40	40
	обед: огурец свежий	25	30	8	12
	суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	150	200	79,3	105,44
	котлеты рубленные из птицы диета - котлета из птицы с м/р	50	70	85,8	119,5
	пюре картофельное диета –картофель по-деревенски	100	130	100,9	158
	компот из свежих плодов	150	180	73,2	87,9
	хлеб ржаной	30	35	52,1	58
	итого калорийность за обед			398,	540,8
	Полдник: булка ванильная	60	80	193,6	257,6
	сок яблочный	150	180	64	76,8
	итого калорийность за полдник			257,6	334,6
	ИТОГО: калорийность за день			1007,2	1311,4