

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 26.05.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
26.05.26	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (геркулес)с маслом сливочным	150	200/200	10,5ч	10,5ч
Н2Д2	<u>диета</u> – каша овсяная жидкая на воде с м/р			148,4	198
	какао с молоком <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	84	102
	хлеб/пряник	30/1шт	40/1шт	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			323,8	425,4
	10-00 плоды свежие(яблоко)	100	100	42	42
	<u>обед:</u>				
	суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	150	200	62,5	67
	омлет паровой с мясом (говядина)	115	150	241	317,5
	<u>диета</u> —гуляш из отварного мяса, картофель отварной с м/р		60/130		
	компот из сушёной фрукты	150	180	101,8	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			490	588,5
	<u>Полдник:</u> оладьи/ повидл	60/15	60/15	214,5	214,5
	какао с молоком <u>диета-</u> чай с лимоном	150	180	45	90
	итого калорийность за полдник			1189	304,5
	ИТОГО: калорийность за день			1173	1400,2