

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон

Дата 26.05.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)				калорийность	
		ясли	(гр)	ясли сад	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						
	кофейный напиток с молоком сгущённым <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)	60		60		42	42
	<u>обед:</u> капуста тушённая	50		50			
	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 сухофрукты	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						
	итого калорийность за полдник	150		180		45	90
	ИТОГО: калорийность за день					1189	304,5
						1173	1400,2