

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 О.В.Ворон  
 Дата 02.06.2026г

Дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
02.06.2026 Н1Д2	<u>Завтрак:</u> суп молочный рисовый с маслом сливочным	150	200	148,8	132,4
	<u>диета</u> – каша рисовая на воде с м/р		150		
	чай с лимоном	150	180	29	41
	бутерброд с повидлом <u>диета-</u> бутерброд с повидлом	30/5/10	40/5/10	58,8	156
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			236,7	329,4
	10-00 сок	100	100	40	40
	<u>обед:</u> овощи свежие (помидор)	40	45	12	16
	суп картофельный с макаронными изделиями(ясли) щи злёные (сад) на мясном бульоне	150	200	73	97,6
	биточки рыбные с овощами <u>диета-</u> рыба отварная	60	80	111	128,8
	каша вязкая <u>диета-</u> каша вязкая на воде с м/р	110	130	18,1	19,9
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	101,1
	хлеб ржаной	30	36	52,2	61,07
	<u>итого калорийность за обед</u>			347	421,5
	<u>Полдник:</u> запеканка из творога /соус яблочный	100/50	100/50	234/35	234/35
	<u>диета-</u> овощи тушённые с мясом отварным		150		
	на-ток кисломолочный « Снежок» <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	65,8	79
	<u>итого калорийность за полдник</u>			334	348
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			<b>1043,5</b>	<b>1227,8</b>