

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон

Дата 04.06.2026г

калорийность (ккал)
если 10,5ч сад 10,5ч

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
04.06.25	Завтрак: каша молочная гречневая с маслом	150	200/200	151
Н1Д4	сливочным			154
	диета – каша гречневая на воде с м/р	150	180	107
	чай с молоком диета -чай с сахаром	30/10	40/10	176,8
	хлеб с маслом диета -бутерброд с повидлом			437,8
	итого калорийность за завтрак	100	100	75
	10-00 плоды свежие (яблоко)	40	60	56
	обед: салат из молодой капусты	150	200	106,6
	суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	50	70	351
	суфле куриное /птица отварная	110	130	161,2
	рис отварной с овощами	150	180	113
	компот из смеси сухофруктов	30	35	61,07
	хлеб ржаной			687,7
	итого калорийность за обед	10/50	100/50	75
	Полдник: запеканка из творога/соус яблочный			
	диета - жаркое по - домашнему	150	180	90
	молоко кипячёное диета - чай с сахаром			299,4
	итого калорийность за полдник			1464,9
	ИТОГО: калорийность за день			