

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
О.В.Ворон

Дата 08.06.2026г

Дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	ВЫХОД (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
08.05.26	<u>Завтрак:</u> суп молочный пшённый с маслом сливочным	150	200/200	148,8
Н2Д1	<u>диета</u> – каша жидкая пшённая на воде с м/р			сад10,5ч
	чай с сахаром	150	180	29
	яйцо варёное	0,5 шт	1шт	41
	бутерброд с маслом <u>диета-бутерброд</u> с повидлом	35/10	40/10	136
	<b>Итого калорийность за завтрак</b>			176,8
	<b>10-00</b> плоды свежие (яблоко)	120	120	40
	<u>обед:</u> овощи свежие (огурец, помидор)	20/20	25/25	8
	борщ с капустой и картофелем <b>на курином бульоне</b>	150	200	71,6
	тефтели рыбные тушённые (рыба минтай) <u>диета-</u> рыба отварная	60	70	83
	пюре картофельное с маслом сливочным <u>диета-</u> картофель	110	130	110,2
	отварной с м/р			137,4
	КОМПОТ ИЗ Св. ПЛОДОВ	150	180	73,2
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	<b>Итого калорийность за обед</b>			390
	<u>Полдник:</u> сырники из творога /джем	100/15	100/15	116
	<u>диета-</u> мясо тушённое с капустой		150	
	МОЛОКО кипячёное <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180/180	85
	<b>Итого калорийность за полдник</b>			201
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			952
				1375,4