

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 11.06.2026г

Дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
11.06.26	<u>Завтрак:</u> каша молочная рисовая с маслом сливочным	150	200/150	151	154
Н2Д4	<u>диета</u> – каша жидкая рисовая на воде с м/р чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом <u>диета- бутерброд</u> с повидлом	30/10	40/10	136	176,8
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			315	370,8
	<u>10-00</u> сок	100	100	66	66
	<u>обед:</u> икра кабачковая	50	80		
	суп картофельный с клёцками <u>диета</u> - суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	150	200	51,8	69
	жаркое по- домашнему (ясли – мясо птицы, сад-мясо говядина)	170	200	205	205
	кисель из свежих плодов	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	39,2	61
	<u>итого калорийность за обед</u>			373,3	427,5
	<u>Полдник:</u> омлет натуральный	80	80	103,8	135
	овощи свежие (огурец)	40	50	6	8
	<u>диета</u> –рыба отварная, картофель отварной с м/р		80/130		
	на-ток из плодов шиповника	150	180		
	хлеб				
	<u>итого калорийность за полдник</u>			237	336
	<u>итого калорийность за день:</u>			991	1191,3