

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон

Дата 24.06.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к кал)	
		ясли	сад	ясли10.5ч	сад10,5ч
24.06.26	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой «Артек», с маслом сливочным	150	200	148,4	193,4
Н2Д3	<u>диета</u> – каша жидка пшённая на воде с м/р.	150	180	29	41
	чай с лимоном	30/5/20	40/5/25	58,8	159
	бутерброд с маслом <u>диета</u> - бутерброд с повидлом			236,5	390,4
	итого калорийность за завтрак	150	150	40	40
	10-00 плоды свежие (яблоко)	30	40	8	12
	<u>обед:</u> помидор свежий	150	200	78,5	104,4
	суп фасолевый (ясли) щи зелёные (сад) на курином бульоне	150	180	304	369
	плов из птицы с маслом сливочным <u>диета</u> - плов из птицы с м/р	150	180	64	76,9
	сок	30	35	52,2	61,07
	хлеб ржаной			509,5	674,9
	итого калорийность за обед	50/50	110/50 140	123,5/3 5	247/35
	<u>Полдник:</u> запеканка из творога/ соус яблочный				
	<u>диета</u> - жаркое по- домашнему				
	чай с молоком <u>диета</u> - чай с сахаром	150/5	180/5	85	102
	итого калорийность за полдник			243,5	384
	ИТОГО: калорийность за день			1030	1489,3