

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 25.06.2026г

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
25.06.26	<u>Завтрак:</u> запеканка из творога/джем	100/10	100/15	151	154
Н2Д4	<u>диета</u> – каша пшённая с м/р, мясо отварное		100/80		
	<u>диета</u> – каша пшённая с м/р, чай с сахаром	150	180	28	40
	молоко кипячёное <u>диета</u> - чай с сахаром			315	370,8
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100	66	66
	<u>10-00</u> фрукты свежие	40	45	8	12
	<u>обед:</u> огурец свежий	150	200	51,8	69
	суп картофельный с клёцками	150	180	205	205
	птица, тушённое в соусе с овощами	150	180	69,3	80,5
	кисель из повидла	30	35	39,2	61
	хлеб ржаной			373,3	427,5
	<u>итого калорийность за обед</u>	80	80	103,8	135
	<u>Полдник:</u> омлет с овощами		190		
	<u>диета</u> – каш вязкая, птица отварная	50	80	20	25
	икра кабачковая				
	напиток из шиповника/хлеб	150/30	180/35	65,8/47	79/94
	<u>итого калорийность за полдник</u>			237	336
	<u>итого калорийность за день:</u>			991	1191,3