

Утверждено
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 14.07.2026
 Комбинированного
 вида №6

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к	
		ясли	сад	ясли	сад
14.067.26 Н1Д2	<u>Завтрак:</u> суп молочный рисовый с маслом сливочным	150	200	10,5ч	10,5ч
	<u>диета</u> – каша рисовая на воде с м/р		150		132,4
	чай с лимоном	150	180	29	41
	бутерброд с маслом и повидлом <u>диета</u> – бутерброд с повидлом	30/5/20	40/5/25	58,8	156
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			236,7	329,4
	10-00 сок/плоды свежие (яблоки)	100/100	100/100	40	40
	<u>обед:</u> помидор свежий	50	60	8	12
	суп картофельный с макаронными изделиями(ясли)	150	200	73	97,6
	щи зелёные (сад)				
	котлета рубленая (говядина)	50	70	111	128,8
	пюре картофельное с маслом сливочным <u>диета</u> - картофель отварной с м/р	110	130	100,9	158
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	101,1
	хлеб ржаной	30	36	52,2	61,07
	<u>итого калорийность за обед</u>			347	421,5
	<u>Полдник:</u> кондитерское изделие (печенье сахарное)	50	60	234/35	234/35
	ряженка <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	65,8	79
	<u>итого калорийность за полдник</u>			334	348
	<u>ИТОГО:</u> калорийность за день			1043,5	1227,8