

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

04.08.2026

Дата 16.07.2026

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если	сад	если	сад
16.07.25 Н1Д4	Завтрак: суп молочный гречневый с маслом сливочным диета – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	кофейный напиток с молоком диета -чай с сахаром	150	180	89	107
	бутерброд с маслом диета – бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437,8
	10-00 плоды свежие (яблоко)	100	100	75	75
	обед: огурец кислый	40	60	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми (на курином бульоне) диета – суп картофельный с курицей	150	200	79,95	106,6
	плов из птицы	150	180	237	351
	компот из смеси сухофруктов	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	35	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			513,4	687,7
	Полдник: макароны отварные с сыром	150/5/15	160/5/15	261,6	264
	диета- макароны отварные с м/р		150		
	какао с молоком диета - чай с лимоном	150	180	75	90
	итого калорийность за полдник			233,5	372
	ИТОГО: калорийность за день			1197,6	1572,5