

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
1.02,23	Завтрак: суп молочный (рис) диета – рис отварной с м/р	150	200 150	148,8	198
	кофейный напиток с молоком сгущён. диета - чай с сахаром	150	180 180	84	102
	хлеб с маслом диета - бутерброд с повидлом	30/10	40/10 40/10	58,8	94
	итого калорийность за завтрак			291,6	394
	10-00 яблоки/сок	100/100	100/100	42	44
	обед:				
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	85	132,6
	тефтеля мясная	70	60	165	191,4
	пюре картофельное	100	130	91,8	121,2
	кисель из повидла	150	180	78,9	94,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	95
	итого калорийность за обед			472,8	634,8
	Полдник: манник на кефире (классический)/ соус диета - пряник	150/25	150/25 100	125/4,5	42,5/5
	кисломолочный напиток с сахаром диета - компот из сухофрукты	150/5	180/5 180	85	92
	итого калорийность за полдник			214,5	139,5
	ИТОГО: калорийность за день			978,9	1168,3