

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 Ворон О.В.

МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 105»  
 АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА МЕЛЕНКО  
 АДМИНИСТРАЦИЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
 ИНН 9111098000

| дата               | наименование приёма пищи/наименование блюда   | выход (гр) |         | калорийность (ккал) |          |
|--------------------|---|------------|---------|---------------------|----------|
|                    |   | ясли       | сад     | ясли10,5ч           | сад10,5ч |
| 02.03.2023<br>Н1Д4 | <b>Завтрак:</b> каша жидкая (гречка)<br><b>диета</b> – каша «дружба» на воде с м/р    | 150        | 200/200 | 151                 | 154      |
|                    | какао с молоком <b>диета</b> - чай с сахаром  | 150        | 180/180 | 89                  | 107      |
|                    | бутерброд с повидлом  | 30/20      | 40/20   | 156                 | 202,8    |
|                    | <b>итого калорийность за завтрак</b>  |            |         | 396                 | 263,8    |
|                    | <b>10-00 яблоки</b>   | 100        | 100     | 40                  | 40       |
|                    | <b>обед:</b> икра свекольная  | 40         | 60      | 37,48               | 56       |
|                    | суп картофельный с бобовыми<br><b>диета</b> -суп картофельный с курицей               | 150        | 200/200 | 79,95               | 106,6    |
|                    | запеканка картофельная с мясом<br><b>диета</b> -запеканка картофельная с маслом и м/р | 180        | 200/200 | 237                 | 296,25   |
|                    | компот из сухофрукты  | 150        | 180     | 84,7                | 101,8    |
|                    | хлеб ржаной   | 30         | 35      | 52,1                | 61,07    |
|                    | <b>итого калорийность за обед</b>   |            |         | 513,38              | 643,92   |
|                    | <b>Полдник:</b> печенье   | 40         | 60      | 166,7               | 250,2    |
|                    | сок   | 150        | 180     | 64                  | 76,8     |
|                    | <b>итого калорийность за полдник</b>  |            |         | 230,7               | 327      |
|                    | <b>ИТОГО: калорийность за день</b>  |            |         | 1180,1              | 1274,72  |