

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
2.12.2022	Завтрак: суп молочный с крупой геркулесовой диета – каша овсяная на воде с м/р курагой	150	200 210	148,7	193,4
	чай с сахаром	150	180	70,6	94
	хлеб/ яйцо	30/1шт	40/1шт	29/08	41/0,8
	итого калорийность за завтрак			249,1	329,2
	10-00 сок	100	100	42,2	50,6
	обед: огурец кислый	30	40	6	9,3
	суп овощной	150	200	74,6	119,3
	котлета рубленая из птицы	50	70	136,5	180,2
	макаронные изделия отварные с маслом	110	130	113,5	203,5
	кисель	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,5
	итого калорийность за обед			452	662,3
	Полдник: булка домашняя	60	80	179	286
	кефир с сахаром диета - чай с лимоном	150/5	180/5	76	92
	итого калорийность за полдник			255	378
	ИТОГО: калорийность за день			1000	1413,5

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
2.12.2022	Завтрак: суп молочный с крупой геркулесовой диета – каша овсяная на воде с м/р курагой	150	200 210	148,7	193,4
	чай с сахаром	150	180	70,6	94
	хлеб/ яйцо	30/1шт	40/1шт	29/08	41/0,8
	итого калорийность за завтрак			249,1	329,2
	10-00 сок	100	100	42,2	50,6
	обед: огурец кислый	30	40	6	9,3
	суп овощной	150	200	74,6	119,3
	котлета рубленая из птицы	50	70	136,5	180,2
	макаронные изделия отварные с маслом	110	130	113,5	203,5
	кисель	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,5
	итого калорийность за обед			452	662,3
	Полдник: булка домашняя	60	80	179	286
	кефир с сахаром диета - чай с лимоном	150/5	180/5	76	92
	итого калорийность за полдник			255	378
	ИТОГО: калорийность за день			1000	1413,5