

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 4.04.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
04.04.23 Н2Д2	Завтрак: суп молочный (геркулес) диета – геркулес на воде с м/р	150	200/200	98,5	131,8
	кофейный напиток с молоком	150	180/180	28	40
	яйцо варёное/ диета - печенье	0,5шт	0,5шт/40гр	70,5	94
	хлеб	30	40	63	63
	итого калорийность за завтрак			260	328,8
	10-00 сок	100	100	40	40
	обед:	40	60	31,9	46,8
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5	82,1
	ленивые голубцы со сметанным соусом	150/30	170/30	83	97,4
	компот из сушёной фрукты	180	180	87,8	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,9
	итого калорийность за обед			450,1	560,4
	Полдник: манник на кефире классический	120	150	200,3	250,3
	соус яблочный	50	50	35	35
	кефир с сахаром диета - чай с лимоном	150	180/180/5/7	75	90
	итого калорийность за полдник			310,3	375,3
	ИТОГО: калорийность за день			1060,4	1304,5