

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 5.04.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к кал)	
		ясли	сад	ясли10, 5ч	сад10, 5ч
5.04.23 Н2Д3	Завтрак: каша жидкая молочная (Артек) диета – каша вязкая « Артек» на воде с м/р	150	200/200	148,4	198
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	бутерброд с сыром диета - бутерброд с повидлом	30/5/5	40/5/15(40/20)	140,5	93
	итого калорийность за завтрак			317,9	302
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед: салат из отварной свеклы	30	60	40,8	63,7
	суп рыбный	150	200	70,1	89,8
	плов из птицы	180	200	304	386,6
	диета- плов из птицы с м/р	150	200		
	сок	30	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			531,1	677,1
	Полдник: запеканка из творога	50	100	123,5	247
	диета – жаркое по-домашнему		140		
	какао с молоком диета- чай с сахаром	150	180 / 180	89	107
	итого калорийность за полдник			212,5	354
	ИТОГО: калорийность за день			1101,5	1488,1