

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 6.03.23

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
6.03.23 Н2Д1	Завтрак: суп молочный с крупой (пшенич.) диета – каша вязкая пшеничная на воде с м/р и изюмом	150	200	148,8	198
			210		
	чай с сахаром	150	180	28	40
	хлеб	30/10	40/10	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			247,3	332
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед: огурец кислый	30	40	8	12
	борщ с фасолью и картофелем	180	200	86	94,6
	тефтели рыбные тушённые	60	70	83	97,4
	пюре картофельное	120	150	110,2	137,4
	компот из св. плодов	180	180	87,8	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			341,1	497,6
	Полдник: сырники из творога/соус	50/20	100/30	116/35	234/35
	диета - мясо тушённое с капустой		150		
	молоко кипячёное	150	180	85	102
	диета - чай с сахаром		180		
	итого калорийность за полдник			201,4	371
	ИТОГО: калорийность за день			829,9	940,6