

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
6.12.2022	Завтрак: суп молочный с крупой (« Артек») диета – каша вязкая на воде с м/р	150	200 210	148,7	193,4
	кофейный напиток с молоком	150	180	70,6	94
	хлеб/ яйцо отварное	30/1 шт	40/1шт	29/08	41/0,8
	итого калорийность за завтрак			249,1	329,2
	10-00 яблоки	100	100	42,2	50,6
	обед:				
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	74,6	119,3
	ленивые голубцы со сметанным соусом	150/30	170/30	136,5	180,2
	компот из сухофрукты	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,5
	итого калорийность за обед			452	662,3
	Полдник: манник на кефире/соус диета- каша манная с изюмом	120/30	150/30 150	179	286
	кисломолочный напиток с сахаром диета - чай с лимоном	150/5	180/5 180/5/7	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
6.12.2022	Завтрак: суп молочный с крупой (« Артек») диета – каша вязкая на воде с м/р	150	200 210	148,7	193,4
	кофейный напиток с молоком	150	180	70,6	94
	хлеб/ яйцо отварное	30/1 шт	40/1шт	29/08	41/0,8
	итого калорийность за завтрак			249,1	329,2
	10-00 яблоки	100	100	42,2	50,6
	обед:				
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	74,6	119,3
	ленивые голубцы со сметанным соусом	150/30	170/30	136,5	180,2
	компот из сухофрукты	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,5
	итого калорийность за обед			452	662,3
	Полдник: манник на кефире/соус диета- каша манная с изюмом	120/30	150/30 150	179	286
	кисломолочный напиток с сахаром диета - чай с лимоном	150/5	180/5 180/5/7	76	92
	итого калорийность за полдник			255	378
	ИТОГО: калорийность за день			1000	1413,5