MIKON HOE 40
OF COUNT CAD KOMO OF
Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.
килорийності (укол)

цата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		жалорийность (ккал)	
2		ясли	сад	тра Леб Мого В В При	E D
8.12.2022	Завтрак: каша вязкая с тыквой диета – каша пшённая на воде с м/, тыквой	150	200	HEAVE KPEIN	2/ сад10,5ч 154
	чай с сахаром	150	180	6,99	40
	бутерброд с маслом диета- пряник	30/7	40/7 40	136	139
	итого калорийность за завтрак		10	294	350
	10-00 яблоки	100	100	66	66
and the second	обед: огурец кислый	30	30	5,7	10,9
-	суп с клёцками	150	200	67,9	69,2
	мясо, тушённое с капустой и картофелем	170	200	208,6	399
	кисель	150	180	104,3	90.5
	хлеб ржаной	30	35	62,1	80,5
	итого калорийность за обед			450,3	69,5
	Полдник: омлет натуральный диета – рыба запечённая с картофелем	65	85 190	124	629,1 157
	икра кабачковая (промышленная)	40	50	26	48
	СОК	150	180	63,9	76
	хлеб пшеничный	20	30	ZOE FOR	94
× 1:	итого калорийность за полдник			287,1 HOE OSA O	
3.	ИТОГО: калорийность за день		3	1054,8 11100 H	375 1420

Утвержиноз мод Заведующий МБДОУ Ворон О.В.

цата	наименование приёма	выход (гр)		капорийность (ккал)		
	пищи/наименование блюда	ясли	сад	ясли10,5ч	9 9 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
8.12.2022	Завтрак: каша вязкая с тыквой диета – каша пшённая на воде с м/, тыквой	150	200	151 wiggs	сад10,5ч 154	
	чай с сахаром	150	180	6,99	10	
4	бутерброд с маслом диета- пряник	30/7	40/7	136	139	
- An -	итого калорийность за завтрак			294	350	
	10-00 яблоки	100	100	66	66	
	<u>обед:</u> огурец кислый	30	30	5,7	10,9	
	суп с клёцками	150	200	67,9	69,2	
	мясо, тушённое с капустой и картофелем	170	200	208,6	399	
	кисель	150	180	104,3	80,5	
	хлеб ржаной	30	35	62,1	69,5	
-	итого калорийность за обед			450,3		
	Полдник: омлет натуральный диета – рыба запечённая с картофелем	65	85 190	124	629,1 157	
_	икра кабачковая (промышленная)	40	50	26	48	
	СОК	150	180	63,9	76	
	хлеб пшеничный	20	30	70	94	
	итого калорийность за полдник			287,1		
	ИТОГО: калорийность за день			1054,8	375 1420	