

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
9.12.2022	<b>Завтрак:</b> каша молочная манная <b>диета</b> – каша гречневая на воде с м/	150	200	150	153
	чай с лимоном	150/3/7	180/5/10	29	41
	хлеб / сыр порциями <b>диета</b> - печенье	30/15	40/15 40	70,6/34	94/85
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			283,6	340
	<b>10-00 сок/ фр. свежая</b>	100/120	100/120	44	66
	<b>обед:</b> икра кабачковая	40	50	6	11
	рассольник ленинградский	150	200	73	97,6
	тефтели мясные	60	70	115,8	155,3
	пюре из бобовых	110	130	208,7	272,6
	компот из сухофрукты	150	180	64	76
	хлеб ржаной	30	35	52,7	69,6
	<b>итого калорийность за обед</b>			519,4	686
	<b>Полдник:</b> булка дорожная	50	60	181	205,1
	кефир с сахаром <b>диета</b> –чай с сахаром	150/5	180/5 180	90	90
	<b>итого калорийность за полдник</b>			271	295,1
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1118	1382