

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность(ккал) | |
|----------|---|------------|--------------|--------------------|----------|
| | | ясли | сад | ясли10,5ч | сад10,5ч |
| 10.02.23 | Завтрак: каша жидкая манная диета – каша жидкая гречневая на воде с м/р | 150 | 200 200 | 150 | 153 |
| | чай с лимоном | 150/3/5 | 180/5/7 | 29 | 41 |
| | хлеб сыр порциями | 30/10 | 40/15 | 70,6 | 94 |
| | итого калорийность за завтрак | | | 249,6 | 288 |
| | 10-00 яблоки | 100 | 100 | 44 | 44 |
| | обед: | | | | |
| | рассольник ленинградский | 150 | 200 | 73 | 97,6 |
| | котлета рубленая диета- котлета р из говядины с маслом растительным | 50 | 70 70 | 115,8 | 155,3 |
| | пюре гороховое диета- картофель отварной | 110 | 130 130 | 208,7 | 272,6 |
| | сок фруктовый | 150 | 180 | 64 | 76 |
| | хлеб ржаной | 30 | 35 | 52,7 | 69,6 |
| | итого калорийность за обед | | | 514,2 | 671,1 |
| | Полдник: булка дорожная | 50 | 60 | 181 | 205,1 |
| | кисломолочный напиток с сахаром диета чай с сахаром | 150/5 | 180/5 180 | 90 | 90 |
| | итого калорийность за полдник | | | 271 | 295,1 |
| | ИТОГО: калорийность за день | | | 1078,8 | 696,7 |