

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 11.04.23

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
11.04.2023 Н1Д2	Завтрак: суп молочный манный диета – каша манная на воде с м/р	150	200/200	98,5	131,8
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб/печенье	30/20	40/20	58,8/69,8	94/69,8
	итого калорийность за завтрак			256,1	336,6
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед:				
	борщ с капустой и картофелем	150	200	60	100
	котлеты рыбные запечённые диета - рыба отварная	60	70	81	94,7
	пюре картофельное диета - картофель отварной	130	150	133,3	166,6
	сок фруктовый	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			390,5	499,2
	Полдник: вареники ленивые отварные диета -овощи тушённые с мясом отварным	105	110 150	191,2	200,76
	какао с молоком диета - чай с сахаром	150	180/180	82	107
	итого калорийность за полдник			273, 2	307,8
	ИТОГО: калорийность за день			959,8	1183,6
	итого калорийность за полдник			273, 2	307,8267,5
	ИТОГО: калорийность за день			959,8	1114,5