

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

Вороп О.В.

Дата 12.04.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
12.04.23 Н1ДЗ	Завтрак: суп молочный с крупой (рис) диета – рис отварной с м/р	150	200/200	148,8	198
	кофейный напиток с молоком сгущён. диета - чай с сахаром	150	180 180	85	102
	хлеб с маслом диета - бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			369,8	476,8
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед:				
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	птица, тушённая в соусе с овощами	180	200	241,2	269
	кисель из св. плодов	150	180	78,9	94,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			470,7	559,87
	Полдник: манник на кефире	150/50	150/50	159,6	212,3
	кисломолочный напиток с сахаром диета - чай с лимоном	150/5	180/5 180	75	90
	итого калорийность за полдник			234,6	302,3
	ИТОГО: калорийность за день			1074,6	1338,9