

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
16.02.2023 Н1Д4	Завтрак: каша вязкая с тыквой диета – каша на воде с тыквой и м/р	150	200/200	151	154
	какао с молоком	150	180/180	89	107
	диета - чай с сахаром				
	бутерброд с маслом	30/10	40/10	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед: салат из свеклы	40	60	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми	150	200/200	79,95	106,6
	диета -суп картофельный с курицей				
	запеканка картофельная с мясом	180	200	237	296,25
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			513,38	643,92
	Полдник: печенье	40	60	139,8	209,4
	кисломолочный напиток с сахаром	150/5	180/5	75	90
	диета - чай с лимоном		180		
	итого калорийность за полдник			214,8	299,4
	ИТОГО: калорийность за день			1144,18	1420,32