

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 17.03.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
17.03.23 Н1Д5	Завтрак: суп молочный с крупой (геркулес) диета – каша вязкая овсяная на воде с м/р и курагой	150	200/210	148,8	198
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	омлет зелёным горошком	30	30	59,5	59,5
	хлеб	30	40	63	94
	итого калорийность за завтрак			300,3	392,5
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед: огурец кислый	30	30	6	6
	суп овощной	150	200	74,6	119,3
	котлеты, рубленные из птицы	60	80	103	143,4
	макароны отварные с маслом	120	150	139,3	171,8
	компот	150	200	73,2	97,3
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед	100	100	448,2	607,4
	Полдник: печенье	40	60	139,8	209,4
	сок	180	200	107	119
	итого калорийность за полдник			246,8	328,4
	ИТОГО: калорийность за день			1009,5	1368,3