

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
20.02.23	Завтрак: суп молочный с крупой (пшенич.) диета – каша вязкая пшеничная на воде с м/р и изюмом	150	200 210	148,8	198
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб с маслом диета –бутерброд с повидлом	30/10	40/10 40/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			313,8	415,8
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед: огурец кислый	30	40	8	12
	борщ с фасолью и картофелем	180	200	86	94,6
	плов из птицы	150	200	226	301
	компот из св. плодов	180	180	87,8	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			459,9	574,8
	Полдник: сырники из творога/соус диета - мясо тушённое с капустой	50/20	100/30 150	116/35	234/35
	молоко кипячёное	150	180	85	102
	диета - чай с сахаром		180		
	итого калорийность за полдник			201,4	371
	ИТОГО: калорийность за день			1015,1	1401,6