


 Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 Верон О.В.  
 Дата 20.04.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
20.04..23 Н2Д4	<b>Завтрак:</b> каша жидкая(рис) <b>диета</b> – каша «Дружба» на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом <b>диета</b> –бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			315	370,8
	<b>10-00</b> фрукты свежие	100	100	40	40
	<b>обед:</b>				
	суп картофельный с клёцками	150	200	51,8	69
	мясо, тушённое с капустой и картофелем	175	195	363	399
	компот из сушёной фрукты	150	180	85	101,8
	хлеб ржаной	20	35	39,2	61,07
	<b>итого калорийность за обед</b>			555,8	630,87
	<b>Полдник:</b> кондитерское изделие	40	40	139,8	139,8
	ряженка (сад) молоко ( ясли) <b>диета</b> - чай с сахаром	150	150 180	85	75
	<b>итого калорийность за полдник</b>			224,8	214,8
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1135,6	1256,5