

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если	сад	если10,5ч	сад10,5ч
24.03.23 Н2Д5	Завтрак: каша жидкая манная диета – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб, сыр. Диета- печенье	30/10	40/10/20	70,5/36	94/72
	итого калорийность за завтрак			286,5	361
	10-00 фрукта свежая(яблоки)	100	100	40	40
	обед:				
	рассольник Ленинградский	150	200	73	97,9
	котлеты рубленые	50	70	116	162
	пюре из бобовых диета-картофель отварной с м/р	110	130	214	252,5
	сок фруктовый	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			519,2	650,27
	Полдник: булка дорожная	50	60	188,1	225
	кисломолочный напиток(ряженка) диета- чай с сахаром	150	180	76	92
	итого калорийность за полдник			264,1	317
	ИТОГО: калорийность за день			1109,8	1368,3

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
24.03.23 Н2Д5	Завтрак: каша жидкая манная диета – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб, сыр. Диета- печенье	30/10	40/10/20	70,5/36	94/72
	итого калорийность за завтрак			286,5	361
	10-00 фрукта свежая(яблоки)	100	100	40	40
	обед:				
	рассольник Ленинградский	150	200	73	97,9
	котлеты рубленые	50	70	116	162
	пюре из бобовых диета-картофель отварной с м/р	110	130	214	252,5
	сок фруктовый	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			519,2	650,27
	Полдник: булка дорожная	50	60	188,1	225
	кисломолочный напиток(ряженка) диета- чай с сахаром	150	180	76	92
	итого калорийность за полдник			264,1	317
	ИТОГО: калорийность за день			1109,8	1368,3