

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 2- Ворон О.В.
 Дата 26.04.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
26.04.23 Н1Д3	Завтрак: суп молочный с крупой (рис) диета – рис отварной с м/р	150	200/200	148,8	198
	чай с молоком диета - чай с сахаром	180	200 180	85	102
	хлеб с маслом диета - бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			369,8	476,8
	10-00 яблоки/сок	100/100	100/100	40/46,2	40/46,2
	обед:				
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	птица, тушённая в соусе с овощами	180	200	241,2	269
	кисель из св. плодов	150	180	78,9	94,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			434,7	523,9
	Полдник: манник на кефире	150/50	150/50	159,6	212,3
	кисломолочный напиток с сахаром диета - чай с лимоном <i>Меганисе</i>	150/5	180/5 180/60	75	90
	итого калорийность за полдник			234,6	302,3
	ИТОГО: калорийность за день			1125,3	1389,2