

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 Ворон О.В.  
 Дата 27.04.23

| дата               | наименование приёма<br>пищи/наименование блюда                                    | выход (гр) |              | калорийность(ккал) |          |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------------|----------|
|                    |                                                                                   | ясли       | сад          | ясли10,5ч          | сад10,5ч |
| 27.04.2023<br>Н1Д4 | <b>Завтрак:</b> каша жидкая (манка)<br><b>диета</b> – каша «дружба» на воде с м/р | 150        | 200/200      | 151                | 154      |
|                    | чай с молоком <b>диета</b> - чай с сахаром                                        | 150        | 180/180      | 89                 | 107      |
|                    | бутерброд с маслом<br><b>диета</b> - бутерброд с повидлом                         | 30/10      | 40/10        | 136                | 176,8    |
|                    | <b>итого калорийность за завтрак</b>                                              |            |              | 376                | 437      |
|                    | 10-00 яблоки/сок                                                                  | 100/100    | 100/100      | 40/46,2            | 40/46,2  |
|                    | <b>обед:</b> икра свекольная                                                      | 40         | 60           | 37,48              | 56       |
|                    | суп картофельный с бобовыми<br><b>диета</b> -суп картофельный с курицей           | 150        | 200/200      | 79,95              | 106,6    |
|                    | запеканка картофельная с печенью                                                  | 180        | 200          | 237                | 296,25   |
|                    | компот из свежих плодов                                                           | 150        | 180          | 73,2               | 97,6     |
|                    | хлеб ржаной                                                                       | 30         | 35           | 52,1               | 61,07    |
|                    | <b>итого калорийность за обед</b>                                                 |            |              | 479,7              | 617,5    |
|                    | <b>Полдник:</b> запеканка из творога<br><b>диета</b> – мясо тушённое с капустой   | 100        | 100<br>195   | 247                | 247      |
|                    | кисломолочный напиток с сахаром<br><b>диета</b> - чай с сахаром                   | 150/5      | 180/5<br>180 | 75                 | 90       |
|                    | <b>итого калорийность за полдник</b>                                              |            |              | 322                | 337      |
|                    | <b>ИТОГО: калорийность за день</b>                                                |            |              | 1263,9             | 1477,7   |