

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность (ккал) | |
|------------|--|------------|------------|---------------------|--------|
| | | ясли | сад | ясли | сад |
| 30.12.2022 | Завтрак: суп молочный с крупой («Артек») диета – каша вязкая на воде с м/р | 150 | 200 | 148,7 | 193,4 |
| | чай с лимоном | 150/3/5 | 180/5/7 | 29 | 41 |
| | хлеб | 30 | 40 | 70,6 | 94 |
| | итого калорийность за завтрак | | | 248,3 | 328,4 |
| | <i>10-00 рр. свешая</i> | <i>150</i> | <i>150</i> | | |
| | обед: | | | | |
| | суп овощной | 150 | 200 | 74,6 | 119,3 |
| | плов из птицы | 150 | 1800 | 136,5 | 180,2 |
| | компот из св. плодов(яблоки, вишня) | 150 | 180 | 69,3 | 80,5 |
| | хлеб ржаной | 30 | 35 | 52,1 | 69,5 |
| | итого калорийность за обед | | | 452 | 662,3 |
| | Полдник: пряник | 30 | 30 | 179 | 286 |
| | сок | 150 | 180 | | |
| | итого калорийность за полдник | | | 255 | 378 |
| | ИТОГО: калорийность за день | | | 999,3 | 1412,7 |