

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Вороп О.В.

Дата 18.05.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
18.05.23 Н2Д4	Завтрак: каша жидкая(рис) диета – каша «Дружба» на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом диета –бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			315	370,8
	10-00 фрукты свежие	100	100	40	40
	обед: икра кабачковая (промышленная)	40	50	6	8
	суп картофельный с клёцками	150	200	51,8	69
	жаркое по домашнему	170	220	205	265
	ясли-компот из свежей фрукты, сад- кисель витаминизированный	150	180	73,2	195
	хлеб ржаной	20	35	39,2	61,07
	итого калорийность за обед			415	598
	Полдник: омлет натуральный диета -рыба запечённая с картофелем по- русски	65	85/190	127	157
	салат из белокочанной капусты	40	50	34,9	52,4
	сок/хлеб	150/20	150/30	64	76,8
	итого калорийность за полдник			225,9	286,6
	ИТОГО: калорийность за день			995,9	1295,4