

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 23.05.23

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
23.05.2023 Н1Д2	Завтрак: суп молочный манный диета – каша манная на воде с м/р	150	200/200	98,5	131,8
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб/вафли	30/20	40/20	58,8/200	94/200
	итого калорийность за завтрак			386,3	466,8
	10-00 груша	100	100	46	46
	обед: огурец свежий	25	25	3,4	3,4
	борщ с капустой и картофелем	150	200	60	100
	котлеты рыбные запечённые диета - рыба отварная	60	70	81	94,7
	рис припущенный , диета - рис отварной с м/р	130	150/150	133,3	166,6
	сок фруктовый	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	Полдник: вареники ленивые отварные диета -овощи тушённые с мясом отварным	105	110 150	191,2	200,76
	какао с молоком диета - чай с сахаром	150	180/180	82	107
	ИТОГО: калорийность за день			1102,0	1325,8