

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.
Дата 19.05.2023

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность(ккал) | |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|----------|--------------------|----------|
| | | ясли | сад | ясли10,5ч | сад10,5ч |
| 19.05.23 Н2Д5 | Завтрак: каша жидкая манная диета – каша гречневая на воде с м/р | 150 | 200/200 | 151 | 154 |
| | чай с лимоном | 150/3/5 | 180/5/7 | 29 | 41 |
| | хлеб / сыр Диета- вафли | 30/10 | 40/10/60 | 70/36 | 94/36 |
| | итого калорийность за завтрак | | | 286 | 325 |
| | 10-00 яблоки | 100 | 100 | 40 | 40 |
| | обед: огурец свежий | 30 | 30 | 8 | 12 |
| | рассольник Ленинградский | 150 | 200 | 73 | 97,9 |
| | котлеты рубленые | 50 | 70 | 116 | 162 |
| | пюре гороховое | 120 | 150 | 214 | 137,4 |
| | сок фруктовый | 150 | 180 | 64 | 76,8 |
| | хлеб ржаной | 30 | 35 | 52,2 | 61,07 |
| | итого калорийность за обед | | | 527,2 | 547,2 |
| | Полдник: пирожок с яблоками | 50 | 60 | 188,1 | 225 |
| | кисломолочный напиток(ряженка) диета- чай с сахаром | 150 | 180 | 75 | 90 |
| | итого калорийность за полдник | | | 263,1 | 315 |
| | ИТОГО: калорийность за день | | | 1116,3 | 1227,2 |