

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 24.05.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
24.05.23 Н1ДЗ	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (рис) <u>диета</u> – рис отварной с м/р	150	200/200	148,8	198
	кофейный напиток с молоком загущённым <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180 180	85	102
	хлеб с маслом <u>диета</u> - бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			369,8	476,8
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	<u>обед:</u> салат из молодой капусты	40	50	34,96	43,75
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	птица тушённая в соусе с овощами	180	230	241,2	269
	ясли-сок сад-кисель витаминизированный	150	180	64	395
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			494,7	789,8
	<u>Полдник:</u> кондитерское изделие	60	60	209,4	209,4
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чай с лимоном	150	180 180	75	90
	итого калорийность за полдник			284,4	299,4
	ИТОГО: калорийность за день			1188,9	1684,2