

Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 26.05.23

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
26.05.23 Н1Д5	<b>Завтрак:</b> суп молочный с крупой ( геркулес) <b>диета</b> – каша вязкая геркулесовая на воде с м/р , курагой	150	200/210	148,8	198
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	омлет натуральный <b>диета</b> - пряник	30	30/2шт	59,5	59,5
	хлеб	30	40	70	94
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			307,3	351,5
	<b>10-00 сок</b>	100	100	42,6	42,6
	<b>обед:</b> огурец кислый	30	40	3,4	4,5
	щи зелёные	150	200	63,6	84,6
	котлета рубленая из птицы	50	70	85,8	119,5
	макароны отварные с маслом	110	130	126,6	149,4
	компот из св. плодов	150	180	73,2	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	<b>итого калорийность за обед</b>			434,7	525,2
	<b>Полдник:</b> булка домашняя	60	70	179	286
	кисель витаминизированный(сад) молоко ( ясли)	150	180	85	195
	<b>итого калорийность за полдник</b>			264	481
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1048,6	1400,3