

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 30.05.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
30.05.23 Н2Д2	Завтрак: суп молочный (геркулес) диета – геркулес на воде с м/р изюмом	150	200/200	148,4	198
	кофейный напиток с молоком сгущ.	150	180/ 180	84	102
	яйцо варёное/ диета - пряник творожный	1шт	1шт/80гр	63	63
	хлеб	30	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			365,9	456
	10-00 сок/ банан	100/80	100/80	40/76	40/76
	обед: огурец кислый	30	35	8	12
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5	82,1
	ленивые голубцы	150/30	170/30	205	218,96
	компот из сушёной фрукты	180	180	101,8	101,9
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,9
	итого калорийность за обед			429,4	484,5
	Полдник: оладьи классический/соус яблочный	60/50	120/50	92,8/25	170/25
	йогурт питьевой диета - чай с лимоном	150	180/180/5/7	75	90
	итого калорийность за полдник			192,8	285
	ИТОГО: калорийность за день			1104,1	1341,5