

Заведующий МБДОУ  
Варон О.В.

Дата 31.05.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к кал)	
		ясли	сад	ясли10, 5ч	сад10, 5ч
31.05..23 Н2Д3	<b>Завтрак:</b> каша жидкая молочная ( манка) <b>диета</b> – каша манная на воде с м/р	150	200/200	148,4	198
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	бутерброд с сыром <b>диета-</b> пряник творожный	30/5/10	40/5/15	140,5	178
	<b>итого за завтрак</b>			317,9	417
	<b>10-00</b> яблоки(ясли)банан (сад)	100/70	100/70	40	40
	<b>обед:</b> салат из свеклы	40	40	37,48	56
	щи зелёные	150	200	70,1	89,8
	плов из птицы <b>диета-</b> плов из птицы с м/р	180	200 200	304	386,6
	сок	180	200	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	<b>итого за обед</b>			527,8	670,2
	<b>Полдник:</b> запеканка из творога <b>диета-</b> рыба запечённая с картофелем по русски	50	100/140	123,5	247
	ряженка	150	180	89	107
	<b>диета-</b> чай с сахаром,		180		
	<b>итого за полдник</b>			212,5	354
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1098,2	1481,2