

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 07.06.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
07.06.23 Н1Д3	<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> - вафли	30/10	40/10/1шт	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			369,8	476,8
	10-00 груши/сок	50/100	70/100	42,6/46	42,6/46
	<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	150	180	64	39
	витаминизированный				
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			494,7	512,02
	<u>Полдник:</u> манник на кефире	150	150	166,9	250,3
	кисломолочный напиток	150	180	75	90
	<u>диета</u> - чай с лимоном		180		
	итого калорийность за полдник			241,9	340,3
	ИТОГО: калорийность за день			1195,0	1417,7