

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 15.06.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если	сад	если10,5ч	сад10,5ч
15.06.23 Н2Д4	<b>Завтрак:</b> каша жидкая(рис) <b>диета</b> – каша «Дружба» на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом <b>диета</b> –бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			315	370,8
	10-00 фрукты свежие	70	80	40	40
	<b>обед:</b> огурец кислый	50	60	5,7	6,8
	суп картофельный с клёцками	150	200	51,8	69
	мясо тушённое с капустой	175	195	363	399
	ясли-кисель из свежей фрукты, сад- кисель витаминизированный	150	180	69,3	39
	хлеб ржаной	20	35	39,2	61,07
	<b>итого калорийность за обед</b>			529	574,8
	<b>Полдник:</b> омлет натуральный <b>диета-жаркое</b> по домашнему	65	85/140	127	157
	икра кабачковая	60	60	34,9	52,4
	сок/хлеб	150/30	180/150	64	76,8
	<b>итого калорийность за полдник</b>			225,9	286,6
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1109,9	1272,2