


 Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 29.06.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
29.06.23 Н2Д4	Завтрак: каша жидкая(пшено)	150	200/200	151	154
	диета – каша вязкая на воде с м/р				
	молоко кипячёное	150	180	28	40
	хлеб/яйцо	30/1,2шт	40/1,2шт	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			315	370,8
	10-00 фрукты свежие	100	100	40	40
	обед: огурец свежие	40	50	5,7	6,8
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	51,8	69
	слоённые голубцы	175	195	363	399
	компот из св. плодов	150	180	69,3	39
	хлеб ржаной	20	35	39,2	61,07
	итого калорийность за обед			529	574,8
	Полдник: манник /соус яблочный	120/50	120/50	127	157
	кисломолочный напиток диета -вафли/сок	180	200/80/200	64	76,8
	итого калорийность за полдник			225,9	286,6
	ИТОГО: калорийность за день			1109,9	1272,2