

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 13.09.2023

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность(ккал) | |
|------------------|--|------------|------------|--------------------|---------|
| | | ясли | сад | ясли | сад |
| 13.09.23 Н1ДЗ | Завтрак: суп молочный с крупой (рис) диета – рис отварной с м/р | 150 | 200/200 | 148,8 | 198 |
| | кофейный напиток с молоком сгущ. диета - чай с сахаром | 150 | 180 180 | 85 | 102 |
| | хлеб с маслом диета – бетер. с повидлом | 30/10 | 40/10 | 136 | 176,8 |
| | итого калорийность за завтрак | | | 369,8 | 476,8 |
| | 10-00 фрукты/сок | 102/100 | 120/100 | 40/42,6 | 40/42,6 |
| | обед: помидор свежий | 45 | 50 | 3,2 | 4,4 |
| | суп картофельный с гречневой крупой | 150 | 200 | 62,5 | 82,1 |
| | птица тушённая в соусе с овощами | 180 | 230 | 241,2 | 269 |
| | ясли-кисель сад-кисель витаминизированный | 150 | 180 | 64 | 39 |
| | хлеб ржаной | 30 | 35 | 52,1 | 78,17 |
| | итого калорийность за обед | | | 423 | 472,7 |
| | Полдник: пирожок печ. из дрожжевого теста с повидлом | 60 | 80 | 159,6 | 212,8 |
| | кисломолочный напиток диета -чай с лимоном | 150 | 180 | 58,8 | 94 |
| | итого калорийность за полдник | | | 218,4 | 306,8 |
| | ИТОГО: калорийность за день | | | 1093,8 | 1338,9 |