

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 18.09.2023г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если ясли	сад детского сада №6 «Радуга»	если10,5ч	сад10,5ч
18.09.23 Н2Д1	<b>Завтрак:</b> суп молочный с крупой ( пшено) <b>диета</b> – каша вязкая пшённая на воде с м/р	150	200/220	148,8	198
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб	30	40	70,5	94
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			248,3	333
	<b>10-00 фрукты свежие</b>	100	100	40	40
	<b>обед:</b> овощи свежие (помидор)	40	50	8	12
	борщ с фасолью и картофелем	150	200	71,6	94,6
	суфле из птицы / <b>диета</b> –птица отварная	60	70	83	97,4
	пюре картофельное/ <b>диета</b> -картофель отварной с м/р	120	130	110,2	137,4
	компот из св. плодов	150	180	73,2	87,9
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	<b>итого калорийность за обед</b>			398,1	508,6
	<b>Полдник:</b> сырники из творога/джем	50/20	100/20	116/10,5	310/21
	<b>диета-</b> мясо тушённое с капустой		150		
	кисломолочный напиток <b>диета-</b> чай с сахаром/вафли	150	180/180	85	90
	<b>итого калорийность за полдник</b>			211,5	412
	<b>ИТОГТО: калорийность за день</b>			897,9	1293,6