

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 02.10.2023г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда.	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если сад	сад «Радуга»	если сад	сад10,5ч
02.10.23 Н2Д1	Завтрак: суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> – каша вязкая пшённая на воде с м/р	150	200/220	148,8	198
	чай с лимоном	150/1шт	180/1шт	29	41
	хлеб /кондитер.изд	30	40	70,5	94
	10-00 фрукты свежие	110	110	40	40
	обед: овощи свежие (помидор)	40	50	8	12
	борщ с фасолью и картофелем	150	200	71,6	94,6
	тефтели рыбные тушённые	60	70	83	97,4
	пюре картофельное/ <u>диета</u> -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
	Полдник: сырники из творога/джем	50/20	100/20	116/10,5	310/21
	<u>диета</u> - мясо тушённое с капустой		150		
	молоко кипячёное <u>диета</u> - чай с сахаром/вафли	150	180/180	85	90
	итого калорийность за полдник			211,5	412
	ИТОГГО: калорийность за день			897,9	1293,6