

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 Ворон О.В.  
 Дата 12.10.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
12.10.2023 Н1Д4	<b>Завтрак:</b> каша жидкая (гречка) <b>диета</b> – каша дружба на воде с м/р	150	200/200	151	154
	какао с молоком(ясли) какао витаминизированное(сад) <b>диета</b> - чай с сахаром	150	180/180	89	107
	бутерброд с маслом <b>диета</b> -бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			376	437,8
	<b>10-00</b> фрукта свежая	100	100	40	40
	<b>обед:</b> икра свекольная	40	60	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми	150	200/200	79,95	106,6
	<b>диета</b> -суп картофельный с курицей	160/15	180/30	237/22,2	351/44,4
	запеканка картофельная с печенью /соус	150	180	84,7	113
	компот из сухофрукты	30	35	52,1	61,07
	хлеб ржаной			513,4	732,07
	<b>итого калорийность за обед</b>	40	40	139,8	209,4
	<b>Полдник:</b> кон. изделие	150	180	75	90
	кисломолочный напиток		180		
	<b>диета</b> - чай с лимоном			214,8	299,4
	<b>итого калорийность за полдник</b>			1144,1	1500
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>				