

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 13.10.23

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
13.10.23 Н1Д5	Завтрак: суп молочный с крупой (геркулес) диета – каша вязкая овсяная на воде с м/р	150	200/200	148,8	198
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	яйцо вареное/диета -вафли	30/1шт	30/1шт	63	63
	хлеб	30	40	70	94
	итого калорийность за завтрак			310,3	396
	10-00 груша/яблоко	100	100	40	40
	обед: огурец свежий	40	50	10	15
	суп овощной	150	200	74,6	95,7
	котлеты, рубленные	60	80	85,8	119,5
	макароны отварные с маслом	110	150	126,6	149,4
	кисель (ясли) кисель витаминизированный(сад)	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	35	52,1	58
	итого калорийность за обед			418,4	518,1
	Полдник: булка домашняя	60	80	179	286
	кисломолочный напиток	150	180	75	90
	итого калорийность за полдник			254	376
	ИТОГО: калорийность за день			1022,7	1330,1