

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 16.10.2023г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
16.10.23 Н2Д1	Завтрак: суп молочный с крупой (пшено) диета – 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
	итого калорийность за завтрак			248,3	333
	10-00 фрукты свежие(яблоки)	100	100	40	40
	обед: салат из капусты с помидорами и огурцом	40	50	8	12
	борщ с фасолью и картофелем	150	200	71,6	94,6
	тефтели рыбные тушённые диета -рыба отварная	60	70	83	97,4
	пюре картофельное/ диета -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
	итого калорийность за обед			398,1	508,6
	Полдник: сырники из творога/ молоко сгущённое	50/20	100/20	116/10,5	310/21
	диета - мясо тушённое с капустой		150		
	молоко кип. диета - чай с сахаром/вафли	150	180/180	85	90
	итого калорийность за полдник			211,5	412
	ИТОГГО: калорийность за день			897,9	1293,6