

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 25.10.2023



дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
25.10.23 НДЗ	Завтрак: каша вязкая с тыквой диета – каша рисовая с тыквой на воде с м/р	150	200/200	148,8	198
	кофейный напиток с молоком сгущ. диета - чай с сахаром	150	180 180	85	102
	хлеб с маслом диета – вафли	30/10	40/10/40	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			369,8	476,8
	10-00 сок/ фрукта	100	100/60	40	40/42,6
	обед: огурец кислые	35	40	3,2	4,4
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	жаркое по домашнему	180	200	241,2	269
	кисель из св. плодов (ясли) кисель витаминизированный(сад)	150	180	64	39
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			423	472,7
	Полдник: пирожок с яблоком	1шт	1шт	159,6	212,8
	кисломолочный напиток диета -чай с лимоном	150	180	58,8	94
	итого калорийность за полдник			218,4	306,8
	ИТОГО: калорийность за день			1093,8	1338,9