

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Вороп О.В.

Дата 02.11.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
02.11.23 Н2Д4	<b>Завтрак:</b> каша вязкая с тыквой <b>диета</b> – каша вязкая на воде с тыквой	150	200/200	151	154
	чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом <b>диета</b> –бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			315	370,8
	10-00 фр. свежая	100	100	40	46
	<b>обед:</b> помидор свежий	40	50	5,7	6,8
	суп картофельный с клёцками	150	200	51,8	69
	жаркое по- домашнему	175	195	363	399
	ясли-кисель из свежей фрукты, сад- напиток витаминизированный	150	180	69,3	39
	хлеб ржаной	20	35	39,2	61,07
	<b>итого калорийность за обед</b>			529	574,8
	<b>Полдник:</b> омлет натуральный <b>диета</b> -рыба запечённая с картофелем	65	85/140	127	157
	икра баклажанная	50	60	34,9	52,4
	сок/хлеб	150/30	180/50	64	76,8
	<b>итого калорийность за полдник</b>			225,9	286,6