

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 3.11.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
03.11.23 Н2Д5	<b>Завтрак:</b> каша жидкая манная <b>диета</b> – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб / сыр порциями Диета- печенье	30/10	40/15/2шт	70/36	94/72
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			286	361
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	<b>обед:</b> помидор свежий	30	35		
	рассольник ленинградский	150	200	73	97,9
	котлеты рубленые	50	70	116	162
	пюре гороховое	110	130	214	252,5
	сок	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	<b>итого калорийность за обед</b>			527,2	660,3
	<b>Полдник:</b> пирожок с яблоком	1шт	1шт	188,1	225
	какао с молоком витаминизированное	150	180	75	90
	<b>диета-</b> чай с сахаром			263,1	315
	<b>итого калорийность за полдник</b>			1076,3	1336,3
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>				