

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ

Ворон О.В.

Дата 07.11.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
07.11.23 Н1Д2	<b>Завтрак:</b> суп молочный манный <b>диета</b> – каша манная на воде с м/р, изюмом	150	200/200	10,5ч 98,5	10,5ч 131,8
	чай с сахаром				
	хлеб/ печенье	150	180	29	41
		30/1шт	40/1шт	58,8	94
	<b>итого калорийность за завтрак</b>				
	10-00 фрукта			186,3	266,8
	<b>обед:</b> огурец кислый	100	100	40	48
	борщ с капустой и картофелем	35	40	3,2	4,4
		150	200	60	100
	котлета рыбная	60	70	81	94,7
	рис припущенный	110	130	133,3	166,6
	компот ясли, сад витаминизированный напиток	150	180	64	85,3
	хлеб ржаной				
		30	35	52,2	61,07
	<b>итого калорийность за обед</b>				
	<b>Полдник:</b> пирожок			433,7	512
	кисломолочный напиток <b>диета-</b> чай с сахаром	105	110	191,2	200,76
		150	180/180	75	107
	<b>итого калорийность за полдник</b>				
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			299,2	307,8
				982,8	1204,4