

утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 09.11.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
09.11.2023 Н1Д4	Завтрак: каша жидкая (гречка) диета – каша дружба на воде с м/р	150	200/200	151	154
	какао с молоком(ясли) какао витаминизированное(сад) диета - чай с сахаром	150	180/180	89	107
	бутерброд с маслом диета -бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437,8
	10-00 фрукта свежая	100	100	40	40
	обед: салат из свеклы	40	60	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми диета -суп картофельный с курицей	150	200/200	79,95	106,6
	запеканка картофельная с мясом	160	180	237	351
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	35	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			513,4	687,7
	Полдник: печенье	40	40	139,8	209,4
	кисломолочный напиток диета - чай с лимоном	150	180 180	75	90
	итого калорийность за полдник			214,8	299,4
	ИТОГО: калорийность за день			1144,1	1464,9