

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 29.11.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5 ч	сад10,5 ч
29.11.23 Н2Д2	Завтрак: суп молочный (геркулес) диета – каша геркулесовая на воде с м/р	150	200/200	148,4	198
	кофейный напиток с молоком сгущённым диета- чай с сахаром	150	180	84	102
	яйцо варёное диета- печенье	1шт	1шт	63	63
	хлеб	30	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак	60/100	60/100	365,9	456
	10-00 сок/фр свежая	30	30	42,6/40	42,6/40
	обед: огурец кислый	150	200	8	12
	суп картофельный с макаронными изделиями	150/18	170/30	62,5	82,1
	ленивые голубцы со смет соусом	180	180	205	218,96
	компот из сушёной фрукты	180	180	101,8	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,9
	итого калорийность за обед	60/15	120/15	429,4	484,8
	Полдник: сырники из творога/повидло	150	180/180	92,8/25	228/25
	кисломолочный напиток диета- чай с сахаром			75	90
	итого калорийность за полдник			192,8	318,2
	ИТОГО: калорийность за день			1064,1	1341,1