

Дата	наименование приема пищи/наименование блюда				Выход (гр.)	всего кал	калорийность(ккал)
11.12.23	Завтрак: суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> – каша				150	200/220	148,8
	чай с лимоном				150	180	29
	хлеб				30	40	70,5
	итого калорийность за завтрак					248,3	333
	10-00 фрукты свежие				60	60	40
	обед:						
	борщ с фасолью и картофелем				150	200	71,6
	тефтели рыбные тушёные <u>диета</u> -рыба отварная				60	70	83
	пюре картофельное/ <u>диета</u> -картофель отварной с м/р				120	130	110,2
	компот из св. плодов				150	180	73,2
	хлеб ржаной				30	35	52,1
	итого калорийность за обед					398,1	508,6
	<u>Подник:</u> сырники из творога/соус				100/10	120/15	94,3/25
	молоко кип. <u>диета</u> -чай с сахаром/зефир				150	180/180	85
	итого калорийность за подник					204,8	343
	ИТОГО: калорийность за день					900	1224,6

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 11.12.2023г.

