

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 15.12.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
15.12.23 Н2Д5	<b>Завтрак:</b> каша жидкая манная	150	200/200/60	151	154
	<b>диета</b> – каша манная на воде с м/р мясо отварное				
	чай с лимоном/яйцо	150/3/5/	180/5/7/1	29	41
	хлеб	30	40	70/36	94/72
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			286	361
	<b>10-00 яблоки</b>	100	100	40	40
	<b>обед:</b>				
	рассольник ленинградский	150	200	73	97,9
	котлеты рубленые	50	70	116	162
	пюре картофельное/ диета картофель отварной см/р	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> булка дорожная	60	80	188,1	188,1
	кисломолочный напиток <b>диета-</b> чай с сахаром	150	180	75	90
<b>итого калорийность за полдник</b>			263,1	315	
<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1076,3	1336,3	