

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 20.12.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5
20.12.23 Н1Д3	Завтрак: суп молочный геркулесовый	150	200	148,8	198
	диета – каша вязкая на воде с м/р/		140		
	чай с сахаром	150	180	28	40
	хлеб с маслом диета – бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	70,7/63	94/63
	итого калорийность за завтрак			310,5	395
	10-00 фрукта свежая	100	100	40	40
	обед:				
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	жаркое по домашнему	180	200	241,2	269
	кисель из св. плодов	150	180	64	39
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			459,8	508,2
	Полдник: пирожок с повидлом	60	80	159,6	212,8
	кисломолочный напиток диета -чай с лимоном	150	180	75	92
	итого калорийность за полдник			234,6	302,8
	ИТОГО: калорийность за день			1004,9	1206,0