

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 29.12.2023

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность(кк ал) | |
|------------------|---|------------|----------|------------------------|----------|
| | | ясли | сад | ясли10,5ч | сад10,5ч |
| 28.12.23 Н2Д4 | Завтрак: каша вязкая с тыквой диета – каша вязкая на воде с тыквой | 150 | 200/200 | 151 | 154 |
| | кофейный напиток с молоком диета-чай | 150 | 180 | 28 | 40 |
| | бутерброд с маслом диета –бутерброд с повидлом | 30/10 | 40/10/20 | 136 | 176,8 |
| | итого калорийность за завтрак | | | 315 | 370,8 |
| | 10-00 фр. свежая | 100 | 100 | 40 | 40 |
| | обед: огурец кислый | 30 | 30 | 8 | 8 |
| | суп картофельный с клёцками | 150 | 200 | 51,8 | 69 |
| | мясо тушённое с капустой и картофелем | 175 | 195 | 363 | 399 |
| | кисель из повидла (ясли) витаминизированный (сад) | 150 | 180 | 69,3 | 39 |
| | хлеб ржаной | 20 | 35 | 39,2 | 61,07 |
| | итого калорийность за обед | | | 529 | 574,8 |
| | Полдник: омлет натуральный диета-рыба запечённая с картофелем | 65 | 85/140 | 127 | 157 |
| | икра кабачковая (промышленная) | 40 | 50 | 34,9 | 52,4 |
| | сок/хлеб | 150/30 | 180/50 | 64 | 76,8 |
| | итого калорийность за полдник | | | 225,9 | 286,6 |