

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 29.12.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
29.12.23 Н2Д5	Завтрак: каша жидкая манная диета – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб / яйцо отваренное	30/1,2шт	40/1,2шт	70/36	94/72
	итого калорийность за завтрак			286,5	361
	10-00 яблоки	60	60	40	40
	обед:				
	рассольник ленинградский	150	200	73	97,9
	котлеты рубленые	50	70	116	162
	макароны отварные	110	130	214	252,5
	компот из фруктов	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			527,2	660,3
	Полдник: конд. изделие	50	60	188,1	188,1
	сок	150	180/180	75	90
	итого калорийность за полдник			263,1	315
	ИТОГО: калорийность за день			1116,8	1376