

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 24.01.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5
24.01.24 Н1Д3	Завтрак: каша вязкая с тыквой	150	200	148,8	198
	диета – каша рисовая с тыквой на воде с м/р/	150	180	28	40
	кофейный напиток с молоком сгущ. диета-чай	30	40/20	70,7/63	94/6
	хлеб диета – печенье			310,5	395
	итого калорийность за завтрак	100	100	40	40
	10-00 сок	40	50		
	обед: салат из квашенной капусты	150	200	62,5	82
	суп картофельный с гречневой крупой	180	200	241,2	26
	жаркое по домашнему	150	180	64	39
	кисель из св. плодов(ясли) витамин. кисель (сад)	30	35	52,1	78
	хлеб ржаной			459,8	50
	итого калорийность за обед	60	80	159,6	2
	Полдник: пирожок с повидлом	150	180	75	9
	кисломолочный напиток диета-чай с лимоном			234,6	3
итого калорийность за полдник			1004,9	1	
ИТОГО: калорийность за день					