

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 25.01.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
25.01.24 Н1Д4	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (гречка) <u>диета</u> – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	какао с молоком <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180/180	89	107
	хлеб с маслом	30/10	40/10	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437,8
	10-00 фрукта свежая	100	100	40	40
	<u>обед:</u> салат свекольный	40	60	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми <u>диета</u> -суп картофельный с курицей	150	200/200	79,95	106,6
	запеканка картофельная с мясом	160	180	237	351
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	35	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			513,4	687,7
	<u>Полдник:</u> конд. изделие	40	40	139,8	209,4
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чай с лимоном	150	180 180	75	90
	итого калорийность за полдник			214,8	299,4
	ИТОГО: калорийность за день			1144,1	1464,9