

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 07.02.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5
07.02.24 Н1ДЗ	Завтрак: каша вязкая с тыквой	150	200	148,8	198
	диета – каша рисовая с тыквой на воде с м/р/		140		
	кофейный напиток с молоком сгущ. диета-чай	150	180	28	40
	хлеб диета – печенье	30	40/20	70,7/63	94/63
	итого калорийность за завтрак			310,5	395
	10-00 яблоки/сок	100/100	100/100	40/42,6	40/42,6
	обед: салат из квашенной капусты	40	50	12	16
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	тефтели мясные	60	70	132,2	195
	картофельное пюре	100	130	91,8	158
	кисель из св. плодов(ясли) витамин. кисель (сад)	150	180	64	39
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			414,6	568,3
	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			1042,3	1348,7