

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 08.02.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
08.02.24 Н1Д4	Завтрак: каша жидкая (гречка) диета – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	какао с молоком диета - чай с сахаром	150	180/180	89	107
	хлеб/ яйцо отварное диета бутер. с повидлом	30/1,2шт	40/1,2шт	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437,8
	10-00 <i>яблоком кефиром</i>	100	100	40	40
	обед: салат из отварной свеколы	40	60	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми	150	200/200	79,95	106,6
	диета -суп картофельный с курицей	160	180	237	351
	лапшевник с печенью	150	180	84,7	113
	компот из сухофрукты	30	35	52,1	61,07
	хлеб ржаной			513,4	687,7
	итого калорийность за обед			139,8	209,4
	Полдник: конд. изделие	40	40	75	90
	кисломолочный напиток	150	180		
	диета - чай с лимоном		180	214,8	299,4
	итого калорийность за полдник			1144,1	1464,9
	ИТОГО: калорийность за день				