

Утверждаю: _____
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 19.02.2024 _____

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5ч
19.02.24 Н1Д1	Завтрак: суп манный диета- каша манная на воде с м/р	150	200/200	261,8	264
	чай с сахаром	150	180	28	40
	хлеб/ печенье	30/20	40/20	58,8	94
	итого калорийность за завтрак			348,4	398
	10-00 фрукта свежая /сок	100/100	100/100	40/42	40/42
	обед: суп рыбный	150	200	79,3	105,44
	огурец кислый	30	30	12	12
	тефтели мясные	60	70	241,2	269
	пюре картофельное диета картофель отварной см/р	110	120	91,8	158
	компот из свежих плодов	150	180	73,2	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61
	итого калорийность за обед			457,9	545
	Полдник: омлет натуральный	60	80	127	157
	диета-каша гречневая с м/р птица отварная		150/60		
	салат здоровье	50	70	6	10
	чай с лимоном/ хлеб	150/5/5	180/5/7	29/47	41/94
	итого калорийность за полдник			209	302
	ИТОГО: калорийность за день			1097,9	1327,6