

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

Ворон О.В.

Дата 22.02.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если	сад	если10,5ч	сад10,5ч
22.02.24 Н1Д4	Завтрак: каша жидкая (геркулес)	150	200/200	151	154
	диета – каша геркулесовая на воде с м/р	150	180/180	89	107
	какао с молоком диета - чай с сахаром	30/10	40/10	136	176,8
	хлеб с маслом			376	437,8
	итого калорийность за завтрак	100	100	40	40
	10-00 фрукта свежая	40	60	37,48	56
	обед: свекла тушённая в сметане	150	200/200	79,95	106,6
	суп картофельный с бобовыми				
	диета -суп картофельный с курицей	160/30	180/30	237	351
	запеканка картофельная с печенью соус	150	180	84,7	113
	компот из сухофрукты	30	35	52,1	61,07
	хлеб ржаной			513,4	687,7
	итого калорийность за обед	40	40	139,8	209,4
	Полдник: конд. изделие	180	210	75	90
	кисломолочный напиток		180		
	диета - чай с лимоном			214,8	299,4
	итого калорийность за полдник			1144,1	1464,9
	ИТОГО: калорийность за день				