

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 04.02.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5ч
4.02.24 НІДІ	<b>Завтрак:</b> суп молочный манный <b>диета-</b> каша манная на воде с м/р	150	200	261,8	264
	чай с сахаром	150	180	28	40
	хлеб /печенье	30/1шт	40/1шт	58,8	94
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			<b>348,4</b>	<b>398</b>
	10-00 фрукта свежая	100	100	40	40
	<b>обед:</b> суп рыбный	150	200	79,3	105,44
	огурец кислый	30	30	12	12
	тефтели мясные	60	70	132,2	195
	пюре картофельное	10	130	91,8	158
	компот из свежих плодов	150	180	73,2	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61
	<b>итого калорийность за обед</b>			<b>440,7</b>	<b>629,0</b>
	<b>Полдник:</b> омлет натуральный <b>диета-</b> каша гречневая с м/р птица отварная	60	80 150/60	127	157
	салат из квашенной капусты	50	70	50	77
	чай с лимоном/ хлеб	150/5/5	180/5/7	29/47	41/94
	<b>итого калорийность за полдник</b>			<b>253</b>	<b>369</b>
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			<b>1082</b>	<b>1436</b>