

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 06.02.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5
06.02.24 Н1Д3	<b>Завтрак:</b> каша вязкая с тыквой	150	200	148,8	198
	<b>диета</b> – каша рисовая с тыквой на воде с м/р/		140		
	кофейный напиток с молоком <b>диета-чай</b>	150	180	28	40
	хлеб с маслом <b>диета</b> – печенье	30/10	40/10/20	70,7/63	94/63
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			310,5	395
	<b>10-00</b> яблоки/сок	100/100	100/100	40/42	40/42
	<b>обед:</b> салат из квашеной капусты	40	50	12	16
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	82,1
	птица тушённая в соусе с овощами	180	200	241,3	269
	кисель из св. плодов/кисель витамин.	150	180	64	39
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	<b>итого калорийность за обед</b>			414,6	568,3
	<b>Полдник:</b> пирожок с повидлом	60	80	159,6	212,8
	кисломолочный напиток <b>диета-чай</b> с лимоном	150	180	75	92
	<b>итого калорийность за полдник</b>			234,6	302,8
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1042,3	1348,7