

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.

Дата 12.02.24г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
12.02.24 Н2Д1	Завтрак: суп молочный с крупой (геркулес) <u>диета</u> – каша вязкая геркулесовая на воде с м/р	150	200/220	148,8	198
	кофейный напиток с молоком сгущ. <u>диета</u> чай с сахаром	150	180	29	41
	хлеб	35	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			248,3	333
	10-00 фрукты свежие/ сок	100/100	100/100	40/42	40/42
	обед:				
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5	67
	ленивые голубцы со сметанным соусом	150/18	170/30	205	218,96
	компот из св плодов	150	180	101,8	101,3
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			469,4	505,4
	Полдник: оладьи/ джем	100/10	120/15	94,3/25	228/28
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180/180	85	90
	итого калорийность за полдник			204,8	343
	ИТОГГО: калорийность за день			922,5	1151,4