

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 15.03.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
15.03.24 Н2Д5	Завтрак: каша жидкая манная диета – каша на воде с м/	150	200/200	151	154
	чай с молоком	150	180	29	41
	хлеб/ яйцо	30	40	70	94
	итого калорийность за завтрак			250	289
	10-00 яблоки	100	100	40	40
	обед:				
	рассольник ленинградский	150	200	73	97,9
	котлеты рубленые	50	70	116	162
	макароны отварные	110	130	214	252,5
	сок	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			527,2	660,3
	Полдник: кондитерские изделия	60	70	188,1	188,1
	кисломолочный напиток диета- чай	150	180/180	75	90
	итого калорийность за полдник			263,1	315
	ИТОГО: калорийность за день			1080	1304