

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 20.03.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5
20.03.24 Н1ДЗ	Завтрак: каша вязкая с тыквой	150	200	148,8	198
	диета – каша с тыквой на воде с м/р/		140		
	кофейный напиток с молоком сгущённым диета-чай	150	180	28	40
	хлеб с маслом диета – печенье	30/10	40/10/20	70,7/63	94/63
	итого калорийность за завтрак	100/100	100/100	40/42	40/42
	10-00 яблоки/сок				
	обед:	150	200	62,5	82,1
	суп картофельный с гречневой крупой	180	200	241,3	269
	птица тушённая в соусе с овощами	150	180	64	39
	кисель из св. плодов/напиток витаминизированный витамин.	30	35	52,1	78,17
хлеб ржаной			414,6	568,3	
итого калорийность за обед	60	80	159,6	212,8	
Полдник: пирожок с повидлом	180	200	75	92	
кисломолочный напиток диета-чай с лимоном			234,6	302,8	
итого калорийность за полдник			1042,3	1348,7	
ИТОГО: калорийность за день					