

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 03.04.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5
03.04.24 Н1ДЗ	Завтрак: суп молочный манный	150	200	148,8	198
	диета – каша манная на воде с м/р		200		
	кофейный напиток с молоком 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			310,5	395
	10-00 яблоки/сок	100/100	100/100	40/42	40/42
	обед: 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	150	180	64	39
	хлеб ржаной	30	35	52,1	78,17
	итого калорийность за обед			414,6	568,3
	Полдник: пирожок с творогом	60	80	159,6	212,8
	кисломолочный напиток диета-чай с лимоном	150	180	75	92
	итого калорийность за полдник			234,6	302,8
	ИТОГО: калорийность за день			1042,3	1348,7