

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 10.04.2024г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5ч
10.04.24 Н2Д3	<b>Завтрак:</b> суп молочный с крупой ( Артек) <b>диета</b> – каша вязкая на воде с м/р, мясо отварное	150	200 150/60	148,4	193,4
	чай с лимоном	150	180	29	41
	бутерброд с сыром диета бутерброд с повидлом	30/5/10	40/5/10 40/20	140,5	178
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			317,9	412,4
	10-00 фр. свежая (яблоко)	100	100	40	40
	<b>обед:</b> салат из свеклы	40	50	40,8	63,7
	рассольник ленинградский	180	200	79,3	89,8
	котлета рубленая	50	70	116	62
	рис припущенный	80	130	304	369
	сок	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	<b>итого калорийность за обед</b>			540,3	677,1
	<b>Полдник:</b> запеканка из творога/соус	50/15	100/20 150	123,5	247
	<b>диета-</b> жаркое по- домашнему какао с молоком диета- чай с сахаром	180	150	89	107
	<b>итого калорийность за полдник</b>			212,5	354
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1110,7	1488,1