

Утверждаю:



Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 24.04.2024г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5ч
24.04.24 Н2Д3	<b>Завтрак:</b> суп молочный с крупой ( Артек) <b>диета</b> – каша вязкая на воде с м/р	150	200 150/60	148,4	193,4
	чай с лимоном	150	180	29	41
	бутерброд с сыром <b>диета</b> 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 отварной свеклы	40	50	40,8	63,7
	суп рыбный	180	200	79,3	89,8
	плов из птицы	150	200	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 <b>диета-</b> жаркое по- домашнему	50/15	100/20 150	123,5	247
	какао с молоком <b>диета-</b> 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