

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 20.05.24г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к	
		ясли	сад	кал)	ясли10, сад10,5 5ч ч
20.05.24 Н2Д1	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р	150	200/220	148,8	198
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб	35	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			248,3	333
	10-00 фрукты свежие	80	90	40	40
	<u>обед:</u> огурец кислый	30	30	12	12
	борщ с фасолью и картофелем	150	200	62,5	67
	тефтели рыбные тушённые	60	70	83	97,4
	шюре картофельное	120	150	110,2	137,4
	компот из св плодов	150	180	101,8	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			469,4	505,4
	<u>Полдник:</u> сырники из творога/ повидло <u>диета-</u> мясо тушённое с капустой	50/15	120/30 150	94,3/25	228/28
	молоко кипячёное <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180/180	85	90
	итого калорийность за полдник			204,8	343
	ИТОГО: калорийность за день			922,5	1151,4