

Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.
Дата 23.05.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	Выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли 10,5ч	сад 10,5ч
23.05.24 Н2Д4	Завтрак: каша молочная рисовая	150	200/200/	151	154
	диета – каша рисовая на воде, мясо отварное		50		
	чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом диета – бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			315	370,8
	10-00 яблоко печёное с сахаром	75/10	95/10	55	60
	обед: огурец кислый	30	30	12	12
	суп картофельный с клёцками	150	200	51,8	69
	мясо тушённое с капустой и картофелем	180	190	363	399
	кисель, кисель витаминизированный (сад)	150	180	69,3	80,5
	хлеб ржаной	30	39	39,2	61,07
	итого калорийность за обед			529	621,57
	Полдник: омлет натуральный	60	80	127	157
	диета – рыба, запечённая с картофелем по-русски		150		
икра кабачковая	40	50	32	60	
сок/хлеб	150/20	180/25	64	76,8	
итого калорийность за полдник			223	293,8	
итого калорийность за день:			1122	1346,2	