

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 28.05.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
28.05.2024	Завтрак: суп молочный манный	150	200	98,5	131,8
Н1Д2	диета- каша манная на воде				
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб/зефир	30	40/20	58,8	94
	итого калорийность за завтрак			186,3	266,8
	10-00 фрукта свежая	100	150	40	48
	обед: огурец кислый	30	30	12	12
	борщ с капустой и картофелем	150	200	60	100
	котлета рыбная диета- рыба отварная	60	70	81	94,7
	рис припущенный	110	130	133,3	166,6
	сок	150	180	64	85,3
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			433,7	512
	Полдник: вареники ленивые отварные	120	150	191,2	200,76
	диета- овощи тушённые с мясом отварным				
	какао с молоком диета- чай с сахаром	150	180/180	75	107
	итого калорийность за полдник			299,2	307,8
	ИТОГО: калорийность за день			982,8	1204,4