

Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 03.06.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к кал)	
		ясли	сад	ясли10, 5ч	сад10,5 ч
03.06.24 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	120	120	248,3	333
	10-00 фрукты свежие(банан)	30	30	40	40
	<u>обед:</u> огурец кислый	150	200	12	12
	борщ с фасолью и картофелем	60	70	62,5	67
	тефтели рыбные тушённые	120	150	83	97,4
	пюре картофельное	150	180	110,2	137,4
	компот из св плодов	30	35	101,8	101,8
	хлеб ржаной			52,1	69,6
	итого калорийность за обед	50/15	120/30 150	469,4	505,4
	<u>Полдник:</u> сырники из творога/ повидло <u>диета-</u> мясо тушённое с капустой	150	180/180	94,3/25	228/28
	молоко кипячёное <u>диета-</u> чай с сахаром			85	90
	итого калорийность за полдник			204,8	343
	ИТОГО: калорийность за день			922,5	1151,4