

Заведующий МБДОУ

Ворон О.В.

Дата 04.06.2024

| дата | наименование приёма пищи/наименование блюда | выход (гр) | | калорийность(кк) | |
|----------|--|------------|---------|------------------|--------|
| | | ясли | сад | ясли(ал) | сад |
| 04.06.24 | <u>Завтрак:</u> суп молочный (геркулес) | 150 | 200/200 | 148,4 | 198 |
| Н2Д2 | <u>диета</u> – каша геркулесовая на воде с м/р | | | | |
| | кофейный напиток с молоком сгущённым <u>диета-</u> чай с лимоном | 150 | 180 | 84 | 102 |
| | яйцо варёное <u>диета-</u> печенье | 1шт | 1шт/2шт | 63 | 63 |
| | хлеб | 30 | 40 | 70,5 | 94 |
| | итого калорийность за завтрак | | | 365,9 | 456 |
| | 10-00 фрукта свежая(персик) / сок | 1шт/100 | 1шт/100 | 42/40 | 42/40 |
| | <u>обед:</u> огурец свежий | 50 | 60 | 8 | 12 |
| | суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 200 | 62,5 | 82,1 |
| | ленивые голубцы со смет соусом | 150/18 | 170/30 | 205 | 218,96 |
| | компот из сушёной фрукты | 150 | 180 | 101,8 | 101,8 |
| | хлеб ржаной | 30 | 35 | 52,1 | 69,9 |
| | итого калорийность за обед | | | 429,4 | 484,8 |
| | <u>Полдник:</u> оладьи /повидло | 60/15 | 120/15 | 92,8/25 | 228/25 |
| | кисломолочный напиток <u>диета-</u> чай с сахаром | 180 | 200/180 | 75 | 90 |
| | итого калорийность за полдник | | | 192,8 | 318,2 |
| | ИТОГО: калорийность за день | | | 1030,1 | 1301,1 |