

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 Ворон О.В.  
 Дата 05.06.2024г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
05.06.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой ( Артек)	150	200	148,4
Н2ДЗ	<u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р	150	150/60	193,4
	чай с лимоном		180	29
	бутерброд с сыром <u>диета</u> бутерброд с повидлом	30/5/10	40/5/10	140,5
			40/20	178
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100	40
	10-00 фр. свежая	40	50	40,8
	<u>обед:</u> свекла тушённая в сметане	150	200	79,3
	щи зелёные	150	200	304
	плов из птицы	180	200	64
	сок	30	35	52,2
	хлеб ржаной			540,3
	<u>итого калорийность за обед</u>	50/25	100/35	123,5
	<u>Полдник:</u> запеканка из творога/соус яблочный		150	89
	<u>диета-</u> жаркое по- домашнему	150	180	212,5
	какао с молоком <u>диета-</u> чай с сахаром			1110,7
	<u>итого калорийность за полдник</u>			354
	<u>ИТОГО: калорийность за день</u>			1488,1