

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 14.06.24

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	л)	ч
14.06.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес)	150	200/200	148,8	198
Н1Д5	<u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р	150	180	29	41
	чай с лимоном	1шт	1шт	63	63
	яйцо вареное/ диета-печенье	30	40	70,7	94
	хлеб			311,5	396
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100	40	40
	<u>10-00 яблоко</u>	50	60	8	12
	<u>обед:</u> икра кабачковая	150	200	74,6	95,7
	суп овощной	50	70	85,8	119,5
	котлеты, рубленные из птицы	100	110	126,6	149,4
	макароны отварные с маслом	150	180	69,3	97,6
	кисель из св. фруктов	30	40	52,1	58
	хлеб ржаной			416,4	431
	<u>итого калорийность за обед</u>	60	80	179	286
	<u>Полдник:</u> булка домашняя	150	180	75	90
	сок			254	376
	<u>итого калорийность за полдник</u>			1021,9	1243
	<u>ИТОГО: калорийность за день</u>				