

Утверждено:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

19.06.2024г.



Дата	Наименование приёма пищи/наименование блюда	Выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясгли	сад	ясгли0,5	сад10,5ч
19.06.24	Завтрак: суп молочный с крупой (Артек)	150	200/ 150	148,4	193,4
Н2Д3	диета – каша вязкая на воде с м/р	150	180	29	41
	чай с лимоном		40/5/10	140,5	178
	бутерброд с сыром диета бутерброд с		40/20		
	повидлом			317,9	412,4
	итого калорийность за завтрак			40	40
	10-00 фрукта свежая	100	100	40,8	63,7
	обед: свежгла тушённая в сметане	30	50	63,6	84,6
	щи зелёные	180	200	304	369
	плов из птицы	150	200	64	76,8
	сок яблочный	150	180	52,2	61,07
	хлеб ржаной	30	35	524,6	655,2
	итого калорийность за обед				
	Подник: запеканка из творога/соус	50/15	100/20	123,5	247
	диета - жаркое по- домашнему		150	89	107
	какао с молоком диета - чай с сахаром	180	150	212,5	354
	итого калорийность за полдник				
	ИТОГО: калорийность за день			1095	1461