Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
_____ Ворон О.В.
Дата 10.07.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5
10.07.24 Н1Д3	**Завтрак:** суп молочный с крупой(рис)	**150**	**200**	**148,8**	**193,4**
	диета – каша рисовая на воде с м/р		**150**		
	кофейный напиток с молоком **диета**-чай	**150**	**180**	**85**	**91**
	хлеб с маслом **диета –** пряник	**30/10**	**40/10/40**	**136**	**135,2**
	итого калорийность за завтрак			**369,8**	**419,6**
	10-00 сок яблоко	**100**	**100**	**40**	**40**
	обед: помидор свежий	**40**	**50**	**35**	**52,4**
	щи зелёные (со щавелем) на мясном бульоне	**150**	**200**	**62,5**	**82,1**
	птица тушенная в соусе с овощами	**60**	**70**	**84**	**112**
		120	**130**	**133,3**	**166,6**
	кисель из св. плодов(ясли) кисель витаминизированный сад	**150**	**180**	**78,9**	**105,5**
	хлеб ржаной	**30**	**35**	**52,2**	**78,17**
	итого калорийность за обед			**433,7**	**584,4**
	Полдник: манник на кефире	**150**	**150**	**250,3**	**250,3**
	кисломолочный напиток **диета**-чай с лимоном	**150**	**160**	**75**	**92**
	итого калорийность за полдник			**325,3**	**342,3**
	ИТОГО: **калорийность за день**			**1128,8**	**1346,3**