

Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 18.07.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
18.07.24	<u>Завтрак:</u> каша молочная рисовая	150	200/200/50	151	154
Н2Д4	<u>диета</u> – каша рисовая на воде, мясо отварное	150	180	28	40
	чай с сахаром	30/10	40/10/20	136	176,8
	бутерброд с маслом <u>диета</u> –бутерброд с повидлом			315	370,8
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100	42	42
	<u>10-00</u> фрукта свежая	30	40	8	12
	<u>обед:</u> огурец свежий	150	200	51,8	69
	суп картофельный с клецками	180	190	363	399
	мясо тушённое с капустой и картофелем	150	180	69,3	80,5
	кисель из свежих плодов	30	39	39,2	61,07
	хлеб ржаной			529	621,57
	<u>итого калорийность за обед</u>	60	80	127	157
	<u>Полдник:</u> омлет натуральный				
	<u>диета-</u> рыба, запечённая с картофелем по-русски	30	40	8	12
	икра кабачковая	150/20	180/25	64	76,8
	хлеб			223	293,8
	<u>итого калорийность за полдник</u>				
	<u>итого калорийность за день:</u>			1122	1346,2