

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

Ворон О.В.

Дата 29.07.2024



дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(кк)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
29.07.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой ( пшено) <u>диета</u> – каша	150	200/220	148,8	198
Итого	вязкая на воде с м/р	150	180	29	41
	чай с лимоном	35	40	70,5	94
	хлеб			248,3	333
	<b>итого калорийность за завтрак</b>	100/20	100/20	40/256,4	40/256,4
	10-00 сок, печенье	40	50	12	16
	<u>обед:</u> овощи свежие	150	200	62,5	82,1
	суп картофельный с гречневой крупой	60	70	132,2	158
	тефтели мясные	100	130	91,8	137,4
	порр картофеляльное	150	180	101,8	101,8
	компот из св плодов	30	35	52,1	69,6
	хлеб ржаной			452,4	564,9
	<b>итого калорийность за обед</b>	100/20	100/20	468	468
	<u>Полдвик:</u> запеканка из творога с морковью/ джем		150		
	<u>диета-</u> мясо тушённое с капустой	150	180/180	75	90
	молоко кипячённое <u>диета-</u> чай с сахаром			543	558
	<b>итого калорийность за полдник</b>			1540	1752,3
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>				

УТВЕРЖДАЮ