

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

Верон О.В.

Дата 08.08.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
08.08.24 Н1Д4	Завтрак: каша жидкая (гречка)	150	200/200	151	154
	диета – каша дружба на воде с м/р				
	какао с молоком диета - чай с сахаром	150	180/180	89	107
	хлеб , печенье	30/2шт	40/2шт	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437,8
	10-00 сок	100	100	40	40
	обед: салат из отварной свеклы	40	50	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми диета – суп	150	200	79,95	106,6
	картофельный с курицей				
	макаронник с мясом	160	180	319,1	351
	компот из свежей фрукты	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	35	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			595,53	687,7
	Полдник: пудинг из творога с яблоками/соус	130/20	180/30	222	333
	молоко кипяченое	150	180	85	102
	диета -чай с лимоном, каша вязкая (пшено)		180/150		
	итого калорийность за полдник			307	435
	ИТОГО: калорийность за день			1394,1	1685,7