

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ  
 Ворон О.В.

Дата 12.08.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(кк)	
		ясли	сад	ал)	ясли10, сад10,5 ч
12.08.24 Н2Д1	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой ( пшено) <u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р чай с лимоном	150	200/220	148,8	198
	хлеб	150	180	29	41
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	35	40	70,5	94
	<u>10-00 сок, печенье</u>			248,3	333
	<u>обед:</u> овощи свежие	100/20	100/20	40/256,4	40/256,4
	суп картофельный с гречневой крупой	40	50	12	16
	тефтели рыбные тушённые	150	200	62,5	82,1
	пюре картофельное	60	70	132,2	158
	компот из св плодов	100	130	91,8	137,4
	хлеб ржаной	150	180	101,8	101,8
	<u>итого калорийность за обед</u>	30	35	52,1	69,6
	<u>Полдник:</u> запеканка из творога с морковью/ джем			452,4	564,9
	<u>диета-</u> мясо тушённое с капустой	50/20	100/20	468	468
	молоко кипяченое <u>диета-</u> чай с сахаром		150		
	<u>итого калорийность за полдник</u>	150	180/180	75	90
	<u>ИТОГО: калорийность за день</u>			543	558
				1540	1752,3