

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 14.08.2024г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5	сад10,5ч
14.08.24	Завтрак: суп молочный с крупой (Артек)	150	200/ 150	148,4	193,4
Н2Д3	диета – каша вязкая на воде с м/р чай с лимоном	150	180	29	41
	бутерброд с сыром диета бутерброд с повидлом	30/5/10	40/5/10 40/20	140,5	178
	итого калорийность за завтрак			317,9	412,4
	10-00 фрукта свежая	100	100	40	40
	обед: свекла тушённая в сметане	30	50	40,8	63,7
	щи зелёные	180	200	63,6	84,6
	плов из птицы	150	200	304	369
	сок яблочный	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			524,6	655,2
	Полдник: запеканка из творога/соус	50/15	100/20	123,5	247
	диета- жаркое по- домашнему		150		
	какао с молоком диета- чай с сахаром	180	150	89	107
	итого калорийность за полдник			212,5	354
	ИТОГО: калорийность за день			1095	1461