

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ

Ворон О.В.
Дата 15.08.2024

Дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	ВЫХОД (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
15.08.24	<u>Завтрак:</u> каша молочная рисовая	150	200	151	154
	чай с сахаром				
	бутерброд с маслом	150	180	28	40
	Итого калорийность за завтрак	30	40	136	176,8
	<u>обед:</u> огурец свежий	120	130	315	370,8
	суп картофельный с клёцками	50	60	42	42
	мясо тушённое с капустой и картофелем	150	200	8	12
	кисель из свежих плодов	180	190	51,8	69
	хлеб ржаной	150	180	363	399
	Итого калорийность за обед	30	39	69,3	80,5
	<u>Полдник:</u> омлет натуральный			39,2	61,07
	икра кабачковая	60	80	529	621,57
	сок/хлеб	50	60	127	157
	Итого калорийность за полдник	150/20	180/25	8	12
	Итого калорийность за день:			64	76,8
				223	293,8
				1122	1346,2