

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 19.08.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
19.08.24	Завтрак: макароны отварные с сыром	125/5/15	150/5/20	261,8
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р			264
	чай с сахаром	150	180	28
	хлеб	30	40	58,8
	итого калорийность за завтрак			398
	10-00 сок	120	130	40
	обед: суп рыбный	150	200	79,3
	огурец свежий	50	55	12
	тефтели мясная	50	60	116
	шпоре картофельное	120	140	91,8
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	180	73,2
	хлеб ржаной	30	40	52,2
	итого калорийность за обед			597,2
	Полдник: омлет натуральный	60	80	127
	огурец	40	60	34,96
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/ 20	180/5/7/40	29/47
	итого калорийность за полдник			236,9
	ИТОГО: калорийность за день			1383,6