

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 20.08.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(кк ал)
		ясли	сад	
20.08.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный (геркулес)	150	200/200	148,4
Н2Д2	<u>диета</u> – каша геркулесовая на воде с м/р			
	кофейный напиток с молоком сгущённым <u>диета-</u> чай с лимоном	150	180	84
	яйцо варёное <u>диета-</u> печенье	1шт	1шт/2шт	63
	хлеб	30	40	70,5
	итого калорийность за завтрак			365,9
	10-00 пряник / сок	1шт/100	1шт/100	42/40
	<u>обед:</u> помидор свежий	50	60	8
	щи зелёные	150	200	62,5
	ленивые голубцы со смет соусом	150/18	170/30	205
	компот из сушёной фруктов	150	180	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	итого калорийность за обед			429,4
	<u>Полдник:</u> манник /повидло	60/15	120/15	92,8/25
	кисломолочный напиток <u>диета-</u> чай с сахаром	180	200/180	75
	итого калорийность за полдник			192,8
	ИТОГО: калорийность за день			1030,1
				1301,1