

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

Ворон О.В.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
23.08.2024г	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес)	150	200/200	148,8
Н1Д5	<u>диета</u> – каша вязкая на воде геркулесовая чай с лимоном	150	180	41
	яйцо вареное/ <u>диета</u> - печенье	30/1,2шт	30/1,2шт	63
	хлеб пшеничный	30	40	70,7
	итого калорийность за завтрак			311,5
	10-00 фрукта свежая (яблоки)	100	100	42
	<u>обед:</u> помидор свежий	30	35	55
	суп овощной на мясном бульоне	150	200	74,6
	биточки рыбные с овощами	60	70	85,8
	каша вязкая(пшено)	100	110	126,6
	кисель из свежей фруктов	150	180	73,2
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	итого калорийность за обед			467,3
	<u>Полдник:</u> булка домашняя	1шт	1шт	350
	кисломолочный напиток (кефир с сахаром)	150	180/5	90
	<u>диета</u> - чай с сахаром		180	
	итого калорийность за полдник			425
	ИТОГО: калорийность за день			1293