

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.
Дата 04.09.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
04.09.24	Завтрак:	150	200/200	148	154
Н1Д3	суп молочный рисовый				
	<u>диета</u> – каша рисовая на воде	150	180	85	102
	кофейный напиток с молоком сгущённым				
	<u>диета</u> - чай с сахаром				
	бутерброд с маслом <u>диета</u> - бетер. с повидлом	30/10	40/10/20	136	136
	итого калорийность за завтрак			369,8(26,4%)	392(21,8%)
	10-00 фрукта свежая	100	100	42,6	42
	<u>обед:</u> огурец кислый	30	40	8	12
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5	69
	птица тушенная в соусе с овощами	180	190	241,2	399
	кисель из слив	150	180	78,9	80,5
	хлеб ржаной	30	39	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			442,8(31,6%)	621,5(34%)
	<u>Полдник:</u> печенье	40	60	139	157
	<u>диета</u> - каша дружба на воде		150		
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	85	102
	итого калорийность за полдник			224,8(18%)	256(15%)
	итого калорийность за день:			1080(77%)	1269(70%)