

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ  
Ворон О.В.

Дата 05.09.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
05.09.24	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (гречка)	150	200/200	151
Н1Д4	<u>диета</u> – каша дружба на воде с м/р чай с молоком <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180/180	89
	хлеб с маслом <u>диета</u> - печенье	30/10	40/10/1шт	136
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			376
	<u>10-00</u> салат фруктовый	100	100	75
	<u>обед:</u> свекла тушённая в сметане	40	50	37,48
	суп картофельный с бобовыми <u>диета</u> – суп	150	200	79,95
	картофельный с курицей			
	макаронник с печеню	160	180	237
	компот из сухофрукты	150	180	84,7
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	<u>итого калорийность за обед</u>			513,4
	<u>Полдник:</u> манник на кефире/джем	150/20	150/20	75
	молоко кипяченое <u>диета</u> - чай с лимоном , каша	150	180/120	75
	вязкая пшённая			
	<u>итого калорийность за полдник</u>			214,8
	<u>ИТОГО: калорийность за день</u>			1144,1
				299,4
				1464,9