

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 Ворон О.В.  
 06.09.2024г.

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
06.09.2024г Н1Д5	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес) <u>диета</u> – каша вязкая на воде геркулесовая чай с лимоном	150	200/200	148,8	198
	яйцо вареное/ диета - печенье	150	180	29	41
	хлеб пшеничный	30/1шт	30/1шт	63	63
	хлеб пшеничный	30	40	70,7	94
	<b>итого калорийность за завтрак</b>			311,5	396
	10-00 сок	100	100	40	40
	<u>обед:</u> огурец свежий	30	35	8	12
	суп овощной на курином бульоне	150	200	74,6	95,7
	котлеты рубленые из птицы	50	70	85,8	119,5
	каша вязкая(гречка)	100	110	16,3	149,4
	кисель из джема	150	180	69,3	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	58
	<b>итого калорийность за обед</b>			467,3	575,2
	<u>Полдник:</u> булка домашняя	60	80	179	286
	кисломолочный напиток	150	180/5	75	90
	диета- чай с сахаром		180		
	<b>итого калорийность за полдник</b>			425	440
	<b>ИТОГО: калорийность за день</b>			1293	1523