

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 09.09.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(кк ал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
09.09.24 ИЗД1	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> – каша вязкая на воде с м/р	150	200/220	148,8	198
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб	35	40	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			248,3	333
	10-00 сок	100	100	40	40
	<u>обед:</u> овощи свежие	40	50	12	16
	борщ с фасолью и картофелем	150	200	62,5	82,1
	тефтели рыбные тушённые	60	70	132,2	158
	пюре картофельное	100	130	91,8	137,4
	компот из св плодов	150	180	101,8	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			452,4	564,9
	<u>Полдник:</u> сырники из творога/ джем <u>диета-</u> мясо тушённое с капустой	50/20	100/20 150	468	468
	молоко кипяченное <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180/180	75	90
	итого калорийность за полдник			543	558
	ИТОГО: калорийность за день			1540	1752,3