

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.
Дата 12.09.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
12.09.24	<u>Завтрак:</u> каша молочная рисовая	150	200/200	151	154
Н2Д4	<u>диета</u> – каша вязкая (рис) на воде с м/р	150	180	28	40
	чай с сахаром	30/10	40/10/20	136	176,8
	бутерброд с маслом <u>диета</u> – бутерброд с повидлом			315	370,8
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	1шт	1шт	53	53
	10-00 печенье овсяное	30	30	8	12
	<u>обед:</u> огурец кислый	150	200	51,8	69
	суп картофельный с клецками	170	190	363	399
	мясо тушённое с капустой и картофелем	150	180	69,3	80,5
	кисель из свежих плодов	30	39	39,2	61,07
	хлеб ржаной			531,3	621,57
	<u>итого калорийность за обед</u>	60	80/100	127	157
	<u>Полдник:</u> омлет натуральный <u>диета</u> – каша вязкая				
	(пшено) на воде с м/р	40	60	32	12
	салат «здоровье»	150/20	180/25	64/47	76,8
	сок/хлеб			270	293,8
	<u>итого калорийность за полдник</u>				
	<u>итого калорийность за день:</u>			1169	1346,2