

Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 03.10.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
03.10.24	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (гречка)	150	200/200	151
Н1Д4	<u>диета</u> – каша дружба на воде с м/р			если 10,5чуга» сад10,5ч
	чай с молоком <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180/180	89
	хлеб с маслом <u>диета</u> – бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			376
	10-00 фрукта свежая	100	100	75
	<u>обед:</u> салат из свеклы	40	50	37,48
	суп картофельный с бобовыми <u>диета</u> – суп	150	200	79,95
	картофельный с курицей			
	макаронник с печенью/соус	160/50	180/50	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> печенье	150/20	150/20	75
	молоко кипяченное <u>диета</u> - чай с лимоном	150	180	75
	<u>итого калорийность за полдник</u>			214,8
	<u>ИТОГО: калорийность за день</u>			1144,1
				1464,9