

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
08.10.24 Н2Д2	Завтрак: суп молочный с крупой (геркулес) диета – каша овсяная жидкая на воде с м/р кофейный напиток с молоком сгущённым диета- чай с лимоном	150	200/200	148,4	198
	хлеб/ яйцо отварное диета- печенье	30/1шт	40/1шт	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			365,9	457
	10-00 фрукта свежая/сок	100/100	100/100	42,6/40	42,5/40
	обед: помидор свежий	40	50	8	12
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5	67
	ленивые голубцы со смет соусом (слоённые)	150/18	170/30	205	218,96
	диета- гуляш из отварного мяса		60		94,5
	диета- картофель толчёный по - деревенски		100		93
	компот из сушёной фрукты	150	180	101,8	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			429,4	469,4
	Полдник: оладьи/повидло	60/10	120/10	92,8/25	185/25
	молоко кипячёное диета- чай с сахаром	150	180/180	75	90
	итого калорийность за полдник			192,8	300
	ИТОГО: калорийность за день			1070,7	1308,9