

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 И.О.Яковлева Н.Б.
 Дата 01.11.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
01.11.2024г 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
		30	40	70,7	94
	итого калорийность за завтрак			311,5	396
	10-00 фрукта свежая	130	130	40	40
	<u>обед:</u> помидор свежий	50	55	12	12
	суп овощной на курином бульоне	150	200	74,6	95,7
	котлеты рубленные из птицы	50	70	85,8	119,5
	каша вязкая(гречка)	100	110	16,3	149,4
	кисель	150	180	69,3	97,6
	хлеб ржаной	30	35	52,1	58
	итого калорийность за обед			467,3	575,2
	<u>Полдник:</u> булка домашняя	60	80	179	286
	кисломолочный напиток	150	180/	75	90
	диета- чай с сахаром		180		
	итого калорийность за полдник			425	440
	ИТОГО: калорийность за день			1293	1523