

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
И.О. Яковлева Н.Б.
Дата 02.11.2024



дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
02.11.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (пшено) <u>диета</u> – каша	150	200/220	148,8	198
Н2Д1	жидкая пшённая на воде с м/р	150	180	29	41
	чай с лимоном	35	40	70,5	94
	хлеб			248,3	333
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100	40	40
	10-00 фрукта свежая	40	50	12	16
	<u>обед:</u> овощи свежие	150	200	62,5	82,1
	борщ с фасолью и картофелем <u>диета</u> – суп рисовый с мясом	60	70	132,2	158
	тефтели мясные	100	130	91,8	137,4
	пюре картофельное <u>диета</u> – картофель отварной с м/р	150	180	101,8	101,8
	компот из св плодов	30	35	52,1	69,6
	хлеб ржаной			452,4	564,9
	<u>итого калорийность за обед</u>	40	40		
	<u>Полдник:</u> кондитерское изделие	150	180/180	75	90
	молоко кипяченое <u>диета-</u> чай с сахаром			543	558
	<u>итого калорийность за полдник</u>			1540	1752,3
	<u>ИТОГО:</u> калорийность за день				