

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 И.О. Яковлева Н.Б.
 Дата 11.11.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
11.11.24	Завтрак: макароны отварные с сыром	125/5/15	150/5/20	261,8
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р			сад10,5ч
	чай с сахаром	150	180	40
	хлеб	30	40	94
	итого калорийность за завтрак			398
	10-00 сок/фрукта свежая	100/90	100/100	44
	обед: суп рыбный	150	200	79,3
	огурец свежий	30	30	12
	тефтеля мясная	50	60	116
	пюре картофельное	120	140	91,8
	компот из свежих плодов	150	180	73,2
	хлеб ржаной	30	40	61
	итого калорийность за обед			597,2
	Полдник: омлет натуральный	60	80	127
	салат из белокочанной капусты	40	60	52,44
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/ 20	180/5/7/40	41/94
	итого калорийность за полдник			344,44
	ИТОГО: калорийность за день			1383,6

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	