

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад № 11»
 Борон О.В.
 Дата 12.11.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
11.11.2024	<u>Завтрак:</u> суп молочный манный	150	200/200	175,8
Н1Д2	<u>диета</u> – каша жидкая пшённая на воде с м/р чай с лимоном	150	180	41
	хлеб/ печенье овсяное	30/2шт	40/2шт	94
	итого калорийность за завтрак			256,1
	10-00 фрукта свежая <u>диета</u> – яблоко печёное	100	100	40
	<u>обед:</u> огурец кислый	30	30	8
	борщ с капустой и картофелем	150	200	100
	плов из птицы <u>диета</u> – плов из птицы с м/р	150	180	369
	сок <u>диета</u> – компот из яблок	150	180	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2
	итого калорийность за обед			428,2
	<u>Полдник:</u> вареники ленивые	100	120/150	191,2
	<u>диета-</u> овощи тушённые с мясом отварным		150	
	какао с молоком <u>диета</u> чай с сахаром	150	180	82
	итого калорийность за полдник			273,3
	ИТОГО: калорийность за день			997,6