

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 Ворон О.В.  
 Дата 15.11.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
15.11.2024г 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
	яйцо вареное/ диета - печенье	150	180	29
	хлеб пшеничный	30/1шт	30/1шт	63
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	30	40	70,7
	10-00 сок			311,5
	<u>обед:</u> помидор свежий	100	100	40
	суп овощной	50	55	12
	котлеты рубленые	150	200	74,6
	каша вязкая(гречка)	50	60	85,8
	кисель	100	110	16,3
	хлеб ржаной	150	180	69,3
	<u>итого калорийность за обед</u>	30	35	52,1
	<u>Полдник:</u> булка домашняя	60	80	467,3
	кисломолочный напиток			179
	диета- чай с сахаром	150	180/180	75
	<u>итого калорийность за полдник</u>			425
	<u>ИТОГО: калорийность за день</u>			1293

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