

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 Ворон О.В.

Дата 25.11.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		сад	калорийность (ккал)	
		ясли	сад		ясли	сад
25.11.24	Завтрак: макароны отварные с сыром	125/5/15	150/5/20	150/5/20	261,8	264
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р					
	чай с сахаром	150	180	180	28	40
	хлеб	30	40	40	58,8	94
	итого калорийность за завтрак				348,6	398
	10-00 сок диета-яблоко печёное	100	100	100	40	44
	обед: борщ с капустой и картофелем	150	200	200	79,3	105,44
	диета-суп картофельный	60	70	70	116	162
	котлеты рыбные любительские	110	130	130	18,1	19,9
	каша вязкая пшённая	150	180	180	73,2	97,6
	компот из свежих плодов	30	40	40	52,2	61
	хлеб ржаной				424,5	597,2
	итого калорийность за обед	60	80	80	127	157
	Полдник: омлет натуральный			100/50		
	диета-каша вязкая гречневая с м/р, птица отварная	30	30	30	8	8
	огурец кислый	150/5/5/	180/5/7/40	180/5/7/40	29/47	41/94
	чай с лимоном/хлеб	20				
	итого калорийность за полдник				236,9	344,44
	ИТОГО: калорийность за день				1050	1383,6