

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
26.11.2024	<u>Завтрак:</u> суп молочный манный	150	200/200	98,5	175,8
Н1Д2	<u>диета</u> — каша жидкая пшенная на воде с м/р				
	чай с лимоном	150	180	29	41
	хлеб/ зефир	30/20	40/20	58,8	94
	итого калорийность за завтрак			256,1	380,6
	10-00 фрукта свежая <u>диета</u> яблоко печёное	100	100	40	40
	<u>обед:</u>				
	суп рыбный	150	200	79,3	105
	птица тушённая в соусе с овощами	150	180	241,2	269
	сок <u>диета</u> —компот из св. фруктов	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			436,7	511,9
	<u>Полдник:</u> вареники ленивые	100	120/150	191,2	200,76
	<u>диета-</u> овощи тушённые с мясом отварным		150		
	какао с молоком <u>диета</u> чай с сахаром	150	180	82	107
	итого калорийность за полдник			273,3	307,8
	ИТОГО: калорийность за день			1006	1240

УТВЕРЖДАЮ:
 ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
 Ворон О.В.
 Дата 26.11.2024
 «Крадуга»