

ГОРОДСКОЙ ОКРУГ
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
 КОМБИНИРОВАННОГО
 ВИДА ГОРОДА
 «РАДУГА»
 Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 И.О.Шевель О.А.
 Дата 27.11.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
27.11.24	<u>Завтрак:</u> каша вязкая с тыквой	150	200/200	148	154
Н1Д3	<u>диета</u> – каша рисовая с тыквой на воде с м/р кофейный напиток с молоком	150	180	85	102
	<u>диета</u> - чай с сахаром	30/10	40/10/20	136	136
	бутерброд с маслом <u>диета</u> -бутер. с повидлом			369,8	392
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100/100	100/100	42/40	42/40
	<u>10-00</u> фрукты свежие/сок				
	<u>обед:</u>	150	200	62,5	69
	суп картофельный с гречневой крупой	180	220	240	269
	жаркое по домашнему	150	180	78,9	80,5
	ясли- кисель из повидла, сад- витаминизированный	30	39	52,2	61,07
	хлеб ржаной			433,6	479,6
	<u>итого калорийность за обед</u>	150/15	150/20	139	157
	<u>Полдник:</u> манник на кефире/соус		60/120		
	<u>диета</u> - рыба отварная, каша вязкая (пшённая) га воде с м/р	150	180	85	102
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чай с сахаром			224,8	256
	<u>итого калорийность за полдник</u>			1109	1209
	<u>итого калорийность за день:</u>				