

Утверждено:
 И.О. Заведующий МБДОУ
 Шевель О.А.
 Дата 06.12.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
06.12.24	Завтрак: каша манная молочная	150	200/50	151
Н2Д5	<u>диета</u> – каша вязкая (гречка) на воде с м/р, мясо отварное			154
	чай с лимоном	150	180	41
	сыр порциями <u>диета</u> – птица отварная	15	20/60	36
	хлеб	30	40	70,5
	итого калорийность за завтрак			286,5
	10-00 яблоки	100	100	40
	обед:			
	рассольник ленинградский	150	200	73
	котлеты рубленные <u>диета</u> – котлеты из говядины с м/р	60	70	116
	каша вязкая «Артек» <u>диета</u> – каша вязкая пшённая с м/р	100	130	14,8
	сок <u>диета</u> – чай с сахаром	150	180	64
	хлеб ржаной	30	35	52,2
	итого калорийность за обед			320
	Полдник: булка дорожная	60	80	188,1
	компот из яблок	150	180	73,2
	итого калорийность за полдник			261,3
	ИТОГО: калорийность за день			907,8
				140,9