

Утверждаю:
 И.О.Заведующий МБДОУ
 Шевель О.А.
 Дата 09.12.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
09.12.24	Завтрак: макароны отварные с сыром	125/5/15	150/5/20	261,8	264
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р				
	чай с сахаром	150	180	28	40
	хлеб	30	40	58,8	94
	итого калорийность за завтрак			348,6	398
	10-00 сок/фр. свежая диета-яблоко печёное	100	100	40	44
	обед: борщ с капустой и картофелем	150	200	79,3	105,44
	диета-суп картофельный				
	котлеты рыбные любительские диета-рыба	60	70	116	162
	отварная				
	каша вязкая пшённая	110	130	18,1	19,9
	сок диета-компот из св. яблок	150	180	73,2	97,6
	хлеб ржаной	30	37	52,2	61
	итого калорийность за обед			424,5	597,2
	Полдник: омлет натуральный	60	80	127	157
	диета-каша вязкая гречневая с м/р, птица отварная		100/50		
	огурец кислый	35	40	8	8
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/	180/5/7/40	29/47	41/94
	20				
	итого калорийность за полдник			236,9	344,44