

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 11.12.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
11.12.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный рисовый	150	200/200	148
Н1Д3	<u>диета</u> – каша рисовая с на воде с м/р	150	180	85
	кофейный напиток с молоком			
	<u>диета</u> - чай с сахаром	30/10	40/10/20	136
	бутерброд с маслом			369,8
	<u>итого калорийность за завтрак</u>	100	100/85	42
	<u>10-00 сок диета</u> – яблоко печёное			
	<u>обед:</u>			
	суп картофельный с гречневой крупой <u>диета</u> – суп	150	200	62,5
	картофельный с курицей	180	200	240
	птица тушённая в соусе с овощами	150	180	78,9
	компот из св. плодов	30	39	52,2
	хлеб ржаной			433,6
	<u>итого калорийность за обед</u>	150/15	150/20	139
	<u>Полдник:</u> манник на кефире/соус		60/120	
	<u>диета-рыба</u> отварная, каша вязкая (пшённая) га			
	воде с м/р			
	кисломолочный напиток <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	85
	<u>итого калорийность за полдник</u>			224,8
	<u>итого калорийность за день:</u>			1109