



Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 13.12.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
13.12.2024г Н1Д5	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой(геркулес) <u>диета</u> – каша пшённая на воде с м/р чай с лимоном	150	200/200	148,8	198
	яйцо вареное/ <u>диета</u> – бутерброд с повидлом хлеб пшеничный	150 30/1шт 30	180 30/1шт/20 40	29 63 70,7	41 63 94
	итого калорийность за завтрак 10-00 фрукта свежая <u>диета</u> – яблоко печеное обед: огурец кислый	100 30	100/85 40	311,5 8	396 12
	суп овощной на курином бульоне котлеты рубленые из птицы <u>диета</u> котлета из птицы с м/р	150 50	200 60	74,6 85,8	95,7 119,5
	каша вязкая(гречка) <u>диета</u> – каша гречневая с м/р кисель витаминизированный (сад) из повидла (ясли) хлеб ржаной	100 150 30	110 180 35	16,3 69,3 52,1	21,2 80,5 58
	итого калорийность за обед <u>Полдник:</u> булка домашняя кисломолочный напиток <u>диета-</u> чай с сахаром	60 150	80 180/ 180	306,1 179 75	386 286 90
	итого калорийность за полдник ИТОГО: калорийность за день			254 911,6	376 1198