

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 О.В.Ворон  
 Дата 17.12.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
17.12.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (геркулес)	150	200/200	148,4	198
Н2Д2	<u>диета</u> – каша жидкая гречневая на воде с м/р				
	молоко кипячёное <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	84	102
	хлеб/ яйцо отварное <u>диета-</u> печенье	30/1шт	40/1шт	70,5	94
	итого калорийность за завтрак			365,9	457
	10-00 сок	100	100	40	40
	<u>обед:</u>				
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5	67
	ленивые голубцы со сметанным соусом ( слоённые)	150	180	205	218,5
	<u>диета-</u> гуляш из отварного мяса, картофель толчённый		60/100		
	по-деревенски				
	компот из сушёной фрукты <u>диета-</u> компот из яблок	150	180	101,8	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1	69,6
	итого калорийность за обед			429,4	469,4
	<u>Полдник:</u> оладьи/повидло	60/10	120/15	92,8/25	185/25
	кисломолочный напиток <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	75	90
	итого калорийность за полдник			192,8	300
	ИТОГО: калорийность за день			1070,7	1308,9