

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 О.В.Ворон  
 Дата 18.12.2024  
 «ДЕТСКО-СЛАДОСЛАДОВАЯ ЛАБОРАТОРИЯ»  
 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №6  
 «Радуга»  
 ГОРОДА ДЕТСКО-СЛАДОСЛАДОВАЯ ЛАБОРАТОРИЯ  
 ГОРОДА ДЕТСКО-СЛАДОСЛАДОВАЯ ЛАБОРАТОРИЯ  
 ГОРОДА ДЕТСКО-СЛАДОСЛАДОВАЯ ЛАБОРАТОРИЯ

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
18.12.24	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой ( Артек)	150	200	148,4	193,4
Н2Д3	<u>диета</u> – каша пшённная на воде с м/р , птица отварная чай с лимоном	150	180	29	41
	бутерброд с сыром <u>диета</u> бутерброд с повидлом	30/5/10	40/5/15/20	140,5	178
	итого калорийность за завтрак			317,9	412,4
	10-00 фрукта свежая <u>диета</u> –яблоко тушённое	100	100/85	40	40
	<u>обед:</u> свекла тушённая в сметане <u>диета</u> огурец кислый	40	60/20	40,8	63,7
	суп рыбный	150	200	79,3	89,8
	плов из птицы <u>диета</u> плов из мяса с м/р	160	210	304	369
	сок <u>диета</u> компот из яблок	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			540,3	677,1
	<u>Полдник:</u> запеканка из творога/соус	50/15	100/15	123,5	247
	<u>диета-</u> жаркое по- домашнему		150		
	какао с молоком <u>диета-</u> чай с сахаром	150	180	89	107
	итого калорийность за полдник			212,5	354
	ИТОГО: калорийность за день			1110,7	1488,1