

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
 Дата **19.12.2024**

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
19.12.24	Завтрак: каша жидкая с тыквой	150	200/200	151	154
Н2Д4	диета – каша жидкая с тыквой на воде с м/р чай с сахаром	150	180	28	40
	бутерброд с маслом диета – бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак	100	100/85	315	370,8
	10-00 фрукта свежая диета – яблоко тушёное	30	35	8	10
	обед: огурец кислый	150	200	51,8	69
	суп картофельный с клёцками	170	190	363	399
	мясо тушённое с капустой и картофелем	150	180	69,3	80,5
	кисель витамин.(сад) кисель из повидла (ясли)	30	35	39,2	61,07
	хлеб ржаной			531,3	621,57
	итого калорийность за обед	80	90	127	157
	Полдник: омлет натуральный диета – рыба запечённая с картофелем по - русски	40	60	32	12
	салат здоровье	150/30	180/35	64/47	76,8
	сок диета – чай с сахаром /хлеб			270	293,8
	итого калорийность за полдник			1169	1346,2
	итого калорийность за день:				