

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 23.12.2024

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		если	сад	
23.12.24	Завтрак: макароны отварные с сыром	125/5/15	150/5/20	261,8
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р			264
	чай с сахаром	150	180	28
	хлеб	30	40	58,8
	итого калорийность за завтрак			94
	10-00 со/фр. свежая диета- яблоко печеное	100/80	100/80	348,6
	обед: огурец кислый	30	40	40
	суп рыбный	150	200	8
	тефтели мясные диета-тефтели из говядины с м/р	60	70	79,3
	шюре картофельное диета-картофель отварной с м/р	100	130	116
	компот из св. фруктов	150	180	18,1
	хлеб ржаной	30	30	73,2
	итого калорийность за обед			52,2
	Полдник: омлет натуральный	60	80/100/60	424,5
	диета-каша гречневая рас. , птица отварная			127
	отварным			157
	салат из квашенной капусты	40	60	50
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/ 20	180/5/7/40	62
	итого калорийность за полдник			29/47
				41/94
				236,9
				344,44