

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон
Дата 23.01.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
23.01.25 Н1Д4	Завтрак: каша жидкая (гречка) <u>диета</u> – каша на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с молоком <u>диета</u> – чай с сахаром	150	180	89	107
	хлеб с маслом <u>диета</u> – бутерброд с повидлом	30/10	40/10/20	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437,8
	10-00 яблоко печеное	85	95	75	75
	обед: икра свекольная	40	60	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми <u>диета</u> – суп	150	200	79,95	106,6
	картофельный с курицей				
	макаронник с печенью	160	180	237	351
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	35	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			513,4	687,7
	Полдник: кондитерское изделие	150/20	150/20	75	75
	молоко кипяченое <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	75	90
	итого калорийность за полдник			214,8	299,4
	ИТОГО: калорийность за день			1144,1	1464,9