



дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
11.02.25	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (геркулес)	150	200/200	148,4
N2Д2	<u>диета</u> – каша жидкая на воде с м/р			10,5ч
	кофейный напиток с молоком сгущ., <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	102
	хлеб	35	40	70,5
	итого калорийность за завтрак			365,9
	10-00 сок	100	100	40/42
	<u>обед:</u> огурец кислый	30	40	8
	суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	62,5
	ленивые голубцы со сметанным соусом (слоённые)	130	150	205
	компот из сушёной фруктов	150	180	101,8
	хлеб ржаной	30	35	52,1
	итого калорийность за обед			429,4
	<u>Полдник:</u> оладьи повидло	60/10	120/15	92,8/25
	кисломолочный напиток <u>диета</u> -чай с сахаром	150	180	75
	итого калорийность за полдник			192,8
	ИТОГО: калорийность за день			1070,7
				1308,9