

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 19.02.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
19.02.25	<u>Завтрак:</u> суп молочный с крупой (рис)	150	200/130/60	148,8
Н1Д3	<u>диета</u> – рис отварной на воде с м/р, мясо отварное кофейный напиток с молоком сгущ. <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	85
	хлеб/ яйцо отварное <u>диета</u> -печень	30/1шт	35/1шт/20	58,8/63
	<u>итого калорийность за завтрак</u>			355,6
	10-00 фрукты свежие	100	100/	40
	<u>обед:</u>			
	суп картофельный с гречневой крупой	150	200	62,5
	птица тушённая в соусе с овощами	180	220	241,2
	кисель	150	180	78,9
	хлеб ржаной	30	35	52,2
	<u>итого калорийность за обед</u>			442,8
	<u>Полдник:</u> манник на кефире	150	150	250,33
	<u>диета</u> -рыба отварная, каша вязкая (пшённая) на воде с м/р		60/120	
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180	75
	<u>итого калорийность за полдник</u>			325,3
	<u>итого калорийность за день:</u>			1163,7