

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	
21.02.2025г Н1Д5	Завтрак: суп молочный с крупой(геркулес) диета – каша вязкая на воде с м/р чай с сахаром	150	200/200	ясли 148,8 сад 198
	яйцо вареное/ диета – печенье овсяное	150	180	29
	хлеб пшеничный	30/1шт	30/1шт	63
	итого калорийность за завтрак	35	45	70,7
	10-00 фрукта свежая	150	150	311,5
	обед: огурец кислый	30	40	40
	суп овощной	150	200	8
	котлеты рубленные из птицы диета котлета из птицы с м/р	50	60	74,6
	каша вязкая гречневая диета – каша рас. на воде с м/р	110	130	85,8
	кисель	150	180	16,3
	хлеб ржаной	30	35	69,3
	итого калорийность за обед			52,1
	Полдник: булка домашняя	60	80	306,1
	кисломолочный напиток (сад) молоко(ясли)	150	180/	179
	диета- чай с сахаром		180	286
	итого калорийность за полдник			75
	ИТОГО: калорийность за день			254
				911,6
				376
				1198

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		ясли	сад	