

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 17.03.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если	сад	если	сад
17.03.25	Завтрак: суп молочный с макаронными изделиями	150	200/150	108,8	145,2
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р				
	чай с сахаром	150	180	28	40
	хлеб /печенье	35/2шт	40/2шт	58,8/139,8	94/250,2
	итого калорийность за завтрак			335,4	529,4
	10-00 фр. свежая	100	100	40	40
	обед:				
	борщ с капустой и картофелем	150	200	60	104
	котлета рыбная запечённая диета- рыба отварная	60	70	81	94,7
	каша вязкая (пшено) диета- рис отварной с м/р	110	130	18,1	19,9
	компот из св. фрукты	150	180	73,2	97,6
	хлеб ржаной	35	38	52,2	61
	итого калорийность за обед			284,5	377,2
	Полдник: омлет с морковью	60	125/100	127	157
	диета-каша вязкая с м/р/				
	огурец кислый	30	40	8	12
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/20	180/5/7/40	29/47	41/94
	итого калорийность за полдник			211	304
	ИТОГО: калорийность за день			870,9	1250,6