

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 О.В.Ворон
 Дата 20.03.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)	
		если	сад	если 10,5ч	сад 10,5ч
20.03.25	Завтрак: каша жидкая (гречка)	150	200/200	151	154
Н1Д4	диета – каша дружба на воде с м/р				
	чай с сахаром	150	180	89	40
	хлеб/сыр порциями	30/10	40/15	70,7/70,5	94/72
	итого калорийность за завтрак			381,2	360
	10-00 фрукта свежая	100	110	40	44
	обед: икра свекольная	40	60	37,8	56
	суп картофельный с бобовыми	150	200	79,95	106,6
	макаронник с печенью	160	180	237	351
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	33	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			453,7	687,7
	Полдник: кондит. изделие	2шт	2шт	139	250,2
	какао с молоком	150	180	82	107
	итого калорийность за полдник			215,8	327
	ИТОГО: калорийность за день			1090,7	1418,7