

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ

О.В.Ворон

Дата 07.05.2025

калорийность (ккал)

если 10,5ч сад 10,5ч

148,4 193,4

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)
		ясли	сад	
07.05.25	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (манка)	150	200 /150	148,4
Н2Д3	<u>диета</u> — каша гречневая рассыпчатая на воде с м/р чай с лимоном	150	180	193,4
	бутерброд с маслом <u>диета</u> бутерброд с повидлом	30/10	40/10/10	29
	итого калорийность за завтрак			67
	10-00 фрукта свежая	100	100	317,9
	<u>обед:</u> свекла, тушённая в сметане <u>диета</u> салат из свеклы	40	60	40
	суп рыбный	150	200	40,8
	плов из птицы	160	210	79,3
	компот из св. яблок	150	180	304
	хлеб ржаной	30	35	73,2
	итого калорийность за обед			52,2
	<u>Полдник:</u> кондитерское изделие	2шт	2шт	497,3
	сок	150	180	139,8
	итого калорийность за полдник			64
	ИТОГО: калорийность за день			203,8
				1059