

Утверждаю:
Заведующий ИБ ДОУ
О.В.Ворон
Дата 07.07.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)
		если	сад	
07.07.25	Завтрак: макароны отварные с сыром	150/15	175/20/150	261,8
Н1Д1	диета- макароны отварные с м/р			264
	чай с сахаром	150	180	28
	хлеб	35	40	58,8
	итого калорийность за завтрак			348,4
	10-00 сок	100	110	40
	обед: огурец свежий	20	25	
	суп рыбный	150	200	79,3
	птица тушённая в соусе с овощами	180	200	241,2
	компот из св. фруктов	150	180	73,2
	хлеб ржаной	35	38	52,2
	итого калорийность за обед			436,7
	Полдник: омлет с овощами	80	80/100	127
	огурец кислый	40	50	6
	чай с лимоном/хлеб	150/5/5/20	180/5/7/40	29/47
	итого калорийность за полдник			209
	ИТОГО: калорийность за день			1034
				1373