

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

ИО О.А.Шевель

Дата 18.07.202

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(к кал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
18.07.25.	<u>Завтрак:</u> каша жидкая (манка)	150	200/150	151	154
N2Д5	<u>диета</u> – каша гречневая рассыпчатая с м/р				
	чай с сахаром	150	180	29	41
	хлеб/ййцо варёное <u>диета</u> - печенье	30/1шт	40/1шт	70,5/63	94/63
	итого калорийность за завтрак			313,5	352
	10-00 фрукта свежая	60	60	40	40
	<u>обед:</u> овощи свежие (огурец)	25	35	8	12
	суп рыбный	150	200	76	97,6
	котлеты рубленые	50	70	85,8	119,5
	каша вязкая «Артек» <u>диета</u> – каша вязкая пшеничная на воде с м/р	110	130	14,8	19,5
	компот из св. яблок	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			300,8	386,5
	<u>Полдник:</u> булка дорожная	50	60	188,1	225
	чай с сахаром	150	180	73,2	97,6
	итого калорийность за полдник			323,2	347,6
	ИТОГО: калорийность за день			977,5	1126,1