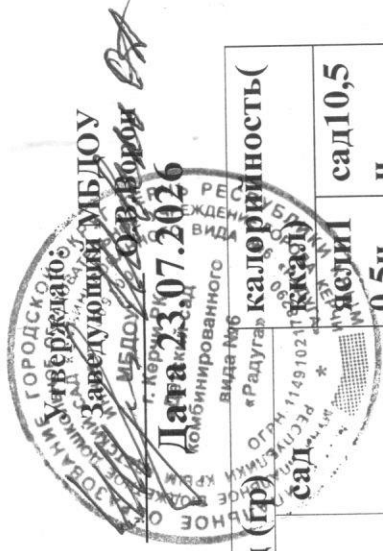




дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность (ккал)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
23.07.26	Завтрак: каша молочная рисовая с маслом сливочным	150	200/150	151	154	0,5ч	сад10,5ч
Н2Д4	диета – каша жидкая рисовая на воде с м/р						
	чай с сахаром	150	180	6,99	40		
	бутерброд с маслом диета - бутерброд с повидлом	30/10	40/10	136	176,8		
	итого калорийность за завтрак			294	370,8		
	10-00 фрукта свежая (яблоки)	100	100	66	66		
	обед: помидор свежий	35	40	8	12		
	суп картофельный с клёцками на мясном бульоне	150	200	51,8	69		
	жаркое по- домашнему (мясо говядина)	170	200	205	205		
	кисель из повидла	150	180	69,3	80,5		
	хлеб ржаной	30	35	39,2	61		
	итого калорийность за обед			373,3	427,5		
	Полдник: омлет натуральный	80	80	103,8	135		
	огурец кислый	30	40	20,1	28		
	итого калорийность за полдник		80/130				
	диета – рыба отварная, картофель отварной с м/р	150	180	65,8	79		
	на-ток из плодов шиповника			47	94		
	хлеб						
	итого калорийность за обед			237	330		
	итого калорийность за день:			970	1194,6		