

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №9
Т.А. Мухамедьярова

16 августа 2023г.



<i>Завтрак 8-00</i>	<i>ясли</i>			
	<i>выход блюда в гр</i>	<i>энергетическая ценность в кал</i>	<i>выход блюда в гр</i>	<i>энергетическая ценность в кал</i>
Каша рисовая жидкая молочная	130	93,80	180	129,44
Какао с молоком	180	91,15	200	101,18
Батон	30	65,1	30	65,10
Сыр порциями	10	36,4	15	54,60
итого за завтрак	350	286,45	425	350,32
<i>Второй завтрак 10-00</i>				
Сок	150	64,50	180	77,40
Бананы	100	96,00	100	96,00
<i>Обед 12-00</i>				
Салат из свежих помидоров	40	27,2	60	40,8
Суп- лапша на курином бульоне	180	107,70	180	107,70
Биточки из мяса кур припущенные	60	117,3	80	157,60
Капуста тушёная	120	87,2	150	109,55
Напиток из шиповника	150	44,60	180	53,52
Хлеб пшеничный/ Хлеб ржаной	40	75,70	50	99,50
итого за обед	590	459,70	700	568,67
<i>Полдник 15-00</i>				
Салат летний	40	42,27	60	63,40
Йогурт	150	142,5	180	164,9
Ватрушка с повидлом	50	95,30	50	95,30
Хлеб ржаной	10	23,5	20	47,0
итого за полдник	250	303,57	310	370,60
Итого за день	1440	1210,22	1715	1462,89