

17 августа 2023г.



Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №9
Мухамедьярова

<i>Завтрак 8-00</i>	<i>ясли</i>			
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Каша ячневая вязкая молочная	100	127,8	200	236,16
Батон	30	65,10	30	65,10
Кофейный напиток с молоком	180	63,1	200	70,04
Яйцо вареное	40	58,50	40	58,50
итого за завтрак	350	314,50	470	429,80
<i>Второй завтрак 10-00</i>				
Сок	150	71,50	180	85,80
Груши	100	47	100	47
Обед 12-00				
Салат из свёклы	30	31,6	60	63,2
Уха рыбацкая	150	53,50	200	74,10
Кнели из говядины с соусом сметанным	70	108,1	85	146,10
Сложный гарнир	120	88,60	150	110,04
Кисель	150	68,80	160	72,80
Хлеб пшеничный/ Хлеб ржаной	40	81,97	60	122,70
итого за обед	560	432,57	715	588,94
<i>Полдник 15-00</i>				
Салат из моркови с зелёным горошком	40	33,90	60	50,80
Пирожки с печенью и рисом	60	151,60	60	151,60
Хлеб ржаной	10	17,40	30	52,20
Йогурт	180	164,90	200	183,0
итого за полдник	290	367,80	350	437,60
Итого за день	1450	1233,37	1815	1589,14