



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №9

Т.А. Мухамедьярова

28 августа 2023г.

<i>Завтрак 8-00</i>	<i>ясли</i>			
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Омлет натуральный	100	104,50	120	125,28
Горошек зелёный	40	16,9	50	21,13
Чай с молоком	180	52,4	200	58,29
Батон	30	65,10	40	86,58
<b>итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>238,90</b>	<b>410</b>	<b>291,28</b>
<i>Второй завтрак 10-00</i>				
Кефир	150	79,50	180	95,40
Печенье	20	110,80	20	110,80
<b>Обед 12-00</b>				
Салат из белокачанной капусты	40	35,70	60	53,60
Щи из свежей капусты	180	57,40	200	65,93
Котлеты из говядины с соусом молочным	80	137,10	90	168,50
Картофельное пюре	110	108,10	130	127,30
Компот из смеси сухофруктов	150	38,7	180	46,50
Хлеб пшеничный/ Хлеб ржаной	40	75,70	60	99,20
<b>итого за обед</b>	<b>600</b>	<b>452,70</b>	<b>720</b>	<b>561,03</b>
<i>Полдник 15-00</i>				
Сырники из творога с молоком сгущённым	80	180,50	120	310,20
Молоко кипячёное	150	91,70	180	108,30
Хлеб пшеничный	20	47,00	20	47,00
Яблоки свежие	100	47,00	100	47,00
<b>итого за полдник</b>	<b>350</b>	<b>366,20</b>	<b>420</b>	<b>512,50</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1470</b>	<b>1248,10</b>	<b>1750</b>	<b>1571,01</b>