

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №9  
Т.А. Мухамедьярова

09 ноября 2023г.



	ясли		дошкольники	
<b>Завтрак 8-00</b>	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
Какао с молоком	180	91,15	200	101,18
Батон	30	65,1	30	65,1
Сыр порциями	10	36,4	15	54,6
<b>итого за завтрак</b>	<b>320</b>	<b>320,45</b>	<b>445</b>	<b>457,04</b>
<b>Второй завтрак 10-00</b>				
Яблоки свежие	100	47	100	47
<b>Обед 12-00</b>				
Салат из свежей капусты с яйцом	40	64,95	60	82,85
Борщ с мясом и сметаной	150	69,8	180	93,24
Печень тушёная в соусе	70	112,2	90	147,47
Макаронные изделия отварные	110	117,43	120	128,1
Напиток из шиповника	150	44,6	180	53,52
Хлеб пшеничный	10	23,5	20	47
Хлеб ржаной	30	52,5	30	52,5
<b>итого за обед</b>	<b>560</b>	<b>484,98</b>	<b>680</b>	<b>604,68</b>
<b>Полдник 15-00</b>				
Рыба запеченая в омлете	160	123,7	180	151,08
Компот из свежих яблок	180	90,2	200	100,22
Печенье	10	55,4	20	110,79
Хлеб ржаной	20	34,97	20	34,97
<b>итого за полдник</b>	<b>370</b>	<b>304,27</b>	<b>420</b>	<b>397,06</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1350</b>	<b>1156,7</b>	<b>1645</b>	<b>1505,78</b>