

Утверждаю:
 Заведующий МАДОУ №9
 Т.А.Мухамедьярова



17 января 2024г.

| | ясли | | в дошкольники | |
|--|------------------|----------------------------------|------------------|----------------------------------|
| Завтрак 8-00 | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал |
| Каша рисовая | 130 | 93,8 | 180 | 129,44 |
| Чай с молоком | 180 | 52,4 | 200 | 58,29 |
| Батон | 30 | 65,1 | 30 | 65,1 |
| Яйца варёные | 20 | 29,25 | 20 | 29,25 |
| итого за завтрак | 360 | 240,55 | 430 | 282,08 |
| Второй завтрак 10-00 | | | | |
| Кефир | 150 | 79,5 | 180 | 95,4 |
| Обед 12-00 | | | | |
| Уха рыбацкая | 150 | 53,5 | 200 | 74,1 |
| Кнели из свинины с соусом сметанным | 70 | 108,1 | 85 | 146,1 |
| Сложный гарнир | 120 | 88,6 | 150 | 110,04 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 38,7 | 180 | 46,5 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 47 | 30 | 70,5 |
| Хлеб ржаной | 20 | 34,97 | 30 | 52,2 |
| итого за обед | 530 | 370,87 | 675 | 499,44 |
| Полдник 15-00 | | | | |
| Салат из моркови с зелёным горошком | 40 | 33,9 | 60 | 50,8 |
| Пирожки с печенью и рисом | 70 | 176,86 | 70 | 176,86 |
| Хлеб ржаной | 10 | 17,4 | 30 | 52,2 |
| Компот из свежих яблок | 150 | 90,2 | 180 | 108,24 |
| итого за полдник | 270 | 318,36 | 340 | 388,1 |
| Итого за день | 1310 | 1009,28 | 1625 | 1265,02 |