

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №9  
Т.А.Мухамедьярова



22 января 2024г.

	ясли		Дошкольники	
<b>Завтрак 8-00</b>	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
Каша -ассорти	100	97,4	180	175,92
Чай с молоком	180	52,4	200	58,29
Батон	30	65,1	30	65,1
Яйца вареные	20	29,25	20	29,25
<b>итого за завтрак</b>	<b>330</b>	<b>244,15</b>	<b>430</b>	<b>328,56</b>
<b>Второй завтрак 10-00</b>				
<b>Обед 12-00</b>				
Салат из свёклы с изюмом	40	43,7	60	65,4
Суп из овощей с зелёным горошком	180	69,4	200	77,03
Гуляш из отварного мяса	60	91,1	80	121,16
Рис отварной с овощами	120	110,7	150	139,63
Хлеб пшеничный	10	23,5	20	47
Хлеб ржаной	30	52,2	30	52,2
Кисель витаминизированный	150	68,8	160	72,8
<b>итого за обед</b>	<b>590</b>	<b>459,4</b>	<b>700</b>	<b>575,22</b>
<b>Полдник 15-00</b>				
Каша манная на молоке	130	150,63	150	173,8
Ватрушка с творогом	60	135,6	60	135,6
Хлеб пшеничный	10	23,5	20	47
Йогурт	150	137,25	180	164,7
<b>итого за полдник</b>	<b>350</b>	<b>446,98</b>	<b>410</b>	<b>521,1</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1270</b>	<b>1150,53</b>	<b>1540</b>	<b>1424,88</b>