

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №9

Т.А.Мухамедьярова

18 марта 2024г.



| Завтрак 8-00 | ясли | | дошкольники | |
|----------------------------------|------------------|----------------------------------|--------------------|----------------------------------|
| | 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 с маслом | 30 | 65,1 | 30 | 65,1 |
| Яйца вареные | | | 40 | 58,5 |
| итого за завтрак | 310 | 214,9 | 450 | 357,81 |
| Второй завтрак 10-00 | | | | |
| | | | | |
| Обед 12-00 | | | | |
| Салат из свёклы с изюмом | | | 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 |
| итого за обед | 550 | 415,7 | 700 | 575,22 |
| Полдник 15-00 | | | | |
| Салат из моркови и яблок | 40 | 40,6 | 60 | 56,6 |
| Ватрушка с творогом | 60 | 135,6 | 60 | 135,6 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 23,5 | 20 | 47 |
| Йогурт | 150 | 137,25 | 180 | 164,7 |
| итого за полдник | 260 | 336,95 | 320 | 403,9 |
| Итого за день | 1120 | 967,55 | 1470 | 1336,93 |