

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №9

Т.А.Мухамедьярова

20 марта 2024г.



Пошкельники

| Завтрак 8-00 | ясли | | Пошкельники | |
|---|------------------|----------------------------------|--------------------|----------------------------------|
| | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал |
| Каша молочная кукурузная жидкая | 100 | 97 | 200 | 181 |
| Чай с сахаром | 180 | 30,2 | 200 | 33,23 |
| Батон | 30 | 65,1 | 30 | 65,1 |
| Яйца вареные | 20 | 29,25 | 20 | 29,25 |
| итого за завтрак | 330 | 221,55 | 450 | 308,58 |
| Обед 12-00 | | | | |
| Салат из свёклы | 40 | 42 | 60 | 63,2 |
| Рассольник со сметаной на курином бульоне | 150 | 77,5 | 200 | 105,74 |
| Рыба запечёная с картофелем порусски | 180 | 125 | 200 | 164,8 |
| Компот из изюма | 150 | 75,7 | 180 | 101 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 47 | 20 | 47 |
| Хлеб ржаной | 10 | 17,4 | 30 | 52,2 |
| итого за обед | 550 | 384,6 | 690 | 533,94 |
| Полдник 15-00 | | | | |
| Рагу из овощей | 150 | 130,7 | 180 | 184,32 |
| Пирожки с печенью и яйцом | 60 | 149,7 | 60 | 149,7 |
| Хлеб ржаной | 10 | 17,5 | 30 | 52,2 |
| Чай с лимоном | 150 | 37,28 | 200 | 49,93 |
| итого за полдник | 370 | 335,18 | 470 | 436,15 |
| Итого за день | 1250 | 941,33 | 1610 | 1278,67 |