

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №9

Т.А.Мухамедьярова



15 апреля 2024г.

|  | ясли             |                                  | Дошкольники      |                                  |
|--|------------------|----------------------------------|------------------|----------------------------------|
|  | выход блюда в гр | энергетическая<br>ценность в кал | выход блюда в гр | энергетическая<br>ценность в кал |
| <b>Завтрак 8-00</b>                                    |                  |                                  |                  |                                  |
| 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                             |
| <b>итого за завтрак</b>                                | <b>310</b>       | <b>214,9</b>                     | <b>450</b>       | <b>357,81</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<br>на курином бульоне | 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>                                   |                  |                                  |                  |                                  |
| 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                               |
| Йогурты  | 150              | 137,25                           | 180              | 164,7                            |
| <b>итого за полдник</b>                                | <b>260</b>       | <b>336,95</b>                    | <b>320</b>       | <b>403,9</b>                     |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1160</b>      | <b>1011,25</b>                   | <b>1470</b>      | <b>1336,93</b>                   |