

08 июня 2023г.



Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №9  
Мухамедьярова

|                                     | ясли             |                               | дошкольники      |                               |
|-------------------------------------|------------------|-------------------------------|------------------|-------------------------------|
|                                     | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал |
| <b>Завтрак 8-00</b>                 |                  |                               |                  |                               |
| Каша рисовая жидкая молочная        | 150              | 128,8                         | 180              | 154,60                        |
| Какао с молоком                     | 180              | 80,7                          | 200              | 96,86                         |
| Батон                               | 20               | 43,4                          | 30               | 65,10                         |
| Сыр порциями                        | 5                | 18,2                          | 10               | 36,40                         |
| <b>итого за завтрак</b>             | <b>355</b>       | <b>271,1</b>                  | <b>420</b>       | <b>352,96</b>                 |
| <b>Второй завтрак 10-00</b>         |                  |                               |                  |                               |
| Кефир                               | 150              | 180                           | 180              | 216                           |
| <b>Обед 12-00</b>                   |                  |                               |                  |                               |
| Салат из свёклы с яблоками          | 30               | 28,05                         | 60               | 46,75                         |
| Суп овощной с мясными фрикадельками | 150              | 104,92                        | 180              | 125,90                        |
| Гуляш из отварной говядины          | 50               | 87,43                         | 70               | 122,41                        |
| Картофельное пюре                   | 110              | 97,3                          | 130              | 115,0                         |
| Кисель                              | 150              | 75                            | 180              | 90                            |
| Хлеб пшеничный/ Хлеб ржаной         | 40               | 90,4                          | 60               | 135,6                         |
| <b>итого за обед</b>                | <b>530</b>       | <b>483,1</b>                  | <b>680</b>       | <b>635,66</b>                 |
| <b>Полдник 15-00</b>                |                  |                               |                  |                               |
| Морковь тушёная с курагой           | 70               | 50,06                         | 100              | 65,12                         |
| Кофейный напиток с молоком          | 180              | 57,3                          | 200              | 68,8                          |
| Ватрушка со сметаной                | 60               | 236,40                        | 60               | 236,40                        |
| Хлеб ржаной                         | 10               | 17,4                          | 20               | 34,8                          |
| <b>итого за полдник</b>             | <b>320</b>       | <b>361,16</b>                 | <b>380</b>       | <b>405,12</b>                 |
| <b>Итого за день</b>                | <b>1355</b>      | <b>1295,36</b>                | <b>1660</b>      | <b>1609,74</b>                |