

01.12.25

Заведующий МБДОУ №45

УТВЕРЖДАЮ

| Наименование блюда                               | Выход блюда(гр)/энергетическая<br>ценность(ккал) |                 |           |                 |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------|-----------|-----------------|
|                                                  | с 1-3 лет                                        |                 | с 3-7 лет |                 |
| ЗАВТРАК                                          |                                                  |                 |           |                 |
| 1. Каша геркулесовая<br>мол. с маслом сл.        | 140/3                                            | 185,66          | 180/3     | 238,71          |
| 2. Кофейный напиток<br>с молоком                 | 180/6                                            | 74,58           | 180/6     | 74,58           |
| 3. Бутерброд с сыром,<br>маслом сливочным        | 25/5/5                                           | 115,67          | 30/5/5    | 128,77          |
| 2 ЗАВТРАК                                        |                                                  |                 |           |                 |
| 1. Фрукты св.                                    | 100                                              | 47              | 100       | 47              |
| ОБЕД                                             |                                                  |                 |           |                 |
| 1. Салат из кукурузы к/с<br>/икра кабачковая     | 30                                               | 29,79           | 50        | 34,80           |
| 2. Суп картофельный с<br>клецками на кур.бульоне | 150                                              | 89,36           | 180       | 107,24          |
| 3. Плов из отварной<br>птицы                     | 150                                              | 229,00          | 200       | 282,55          |
| 4. Компот из св.яблок                            | 150                                              | 85,95           | 180       | 103,14          |
| 5. Хлеб<br>ржаной/пшеничный                      | 35/30                                            | 69,23/7<br>0,57 | 45/35     | 89,19/82,<br>25 |
| ПОЛДНИК                                          |                                                  |                 |           |                 |
| 1. Кислом.напиток                                | 150                                              | 76,00           | 180       | 92,00           |
| 2. - /печенье                                    | 0                                                | 0               | 20        | 83,40           |
| УЖИН                                             |                                                  |                 |           |                 |
| 1. Котлеты рыбные                                | 50                                               | 72,63           | 70        | 101,72          |
| 2. Пюре картофельное с<br>маслом                 | 120/3                                            | 129,60          | 140/3     | 147,90          |
| 3. Чай с сахаром                                 | 150/5                                            | 19,95           | 180/6     | 23,94           |
| 4. Хлеб пшеничный                                | 30                                               | 70,57           | 30        | 82,25           |
| ИТОГО                                            |                                                  | 1365,56         |           | 1719,43         |