

21.04.26

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №45

Наименование блюда

Выход блюда(гр)/энергетическая
ценность(ккал)

с 1-3 лет

с 3-7 лет

ЗАВТРАК1. Каша пшеничная мол.
с маслом сл.

140/3

191,96

180/3

241,76

2. Какао с молоком

180/6

90,78

180/6

90,78

3. Бутерброд с маслом
сливочным

25/5

98,50

30/5

111,68

2 ЗАВТРАК

1. Сок

200

84,80

200

84,80

ОБЕД1. Салат картофельный с
морковью и сол.огурцами

40

36,64

60

51,96

2. Борщ со св.капустой, с
картофелем на
мясн.бульоне, со
сметаной

150/5

70,31

180/7

85,97

3. Гуляш из отварной
говядины

30/30

132,60

40/40

176,80

4. Каша гречневая
рассыпч.с маслом слив.

110/2

170,14

130/3

205,27

5. Кисель

150

62,70

180

75,24

6. Хлеб
ржаной/пшеничный

35/25

69,23/58

,75

45/35

89,19/82,2

5

ПОЛДНИК1. Кислом.напиток,
ряженка

150

76,00

180

92,00

2. Вафли

20

108,50

20

108,50

УЖИН

1. Королевская ватрушка

130

350,13

150

404,00

2. Чай с сахаром и
лимоном

150/5

21,78

180/6/7

26,48

ИТОГО**1622,82****1926,07**