

28.01.26

Заведующий МБДОУ №45

УТВЕРЖДАЮ

Наименование блюда

Выход блюда(гр)/энергетическая
ценность(ккал)

с 1-3 лет

с 3-7 лет

ЗАВТРАК1. Каша «Дружба» мол. с
маслом сл.

140/3

155,56

180/3

215,85

2. Чай с молоком,
сахаром

180/6

75,76

180/6

75,76

3. Бутерброд с сыром,
маслом сл.

25/5/5

115,67

30/5/5

128,77

2 ЗАВТРАК

1. Сок

200

84,80

200

84,80

ОБЕД1. Салат из св.капусты с
морковью

40

34,96

60

52,44

2. Рассольник
ленинградский, со
сметаной

150/6

74,07

180/7

198,54

3. Котлеты из мяса
птицы с маслом слив.

50/2

123,20

70/2

167,20

4. Гороховое пюре

110

163,9

130

196,94

5. Напиток из
сухофруктов

150

60

180

72

6. Хлеб ржаной

35

69,23

45

89,19

ПОЛДНИК1. Кислом. напиток
(катык)

150

76,00

180

92,00

2. Сдоба обыкновенная

УЖИН

1. Омлет натуральный

130

251,03

150

289,66

2. Напиток из шиповника

150/5

26,15

180/6

31,38

3. Хлеб пшеничный

20

47,0

35

82,25

ИТОГО

1390,03

1878,45