

29.01.26

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ №45

Наименование блюда	Выход блюда(гр)/энергетическая ценность(ккал)			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
<b>ЗАВТРАК</b>				
1. Каша ячневая мол. с маслом слив.	140/3	171,47	180/3	214,80
2. Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180/6	74,58
3. Бутерброд с маслом слив.	25/5	98,50	30/5	111,68
<b>2 ЗАВТРАК</b>				
1. Сок	200	84,80	200	84,80
<b>ОБЕД</b>				
1. Салат из свеклы с яблоками	40	30,68	60	46,02
2. Щи со св.капустой с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной	150/5	57,00	180/7	70,02
3. Индейка тушёная с овощами по-татарски	30/30	101,63	40/30	150,93
4. Макароны изделия отварные с маслом слив.	110/2	136,73	130/3	165,79
5. Компот из урюка	150	56,83	180	68,20
6. Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	35/20	69,23/47 ,00	45/35	89,19/82,2 5
<b>ПОЛДНИК</b>				
1. Кисл. напиток (ацидоф. напиток)	150	76,00	180	92,00
<b>УЖИН</b>				
1. Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20	353,40	130/20	408,20
2. Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,10
<b>ИТОГО</b>		<b>1377,93</b>		<b>1682,56</b>