

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
Д/с №63 "Калинка"
пгт. Нижняя Мактама
/А.М. Закирова/
2025 г.

Наименование блюд	Масса порций в зависимости от		Масса порций в зависимости от	
	Ккал если	Норма если	Ккал сад	Норма сад
10 день				
Завтрак				
1.Каша геркулесовая молочная с маслом	185,66	140/3	233,10	180/3
2.Кофейный напиток с молоком	42,67	180/6	42,67	180/6
3.Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	115,67	25/5/5	128,77	30/5/5
2 завтрак				
1. Сок	68,00	125	94,40	180
Обед				
1.Салат из свеклы отварной с маслом растительным	37,56	40	56,34	60
2.Суп с рисовой крупой с мясными фрикадельками, со сметаной	72,05	150/10/5	79,60	180/10/5
3.Котлеты рыбные с маслом сливочным	102,20	50/2	144,36	70/3
4.Макароны отварные с овощами	138,16	110	163,28	130
5.Кисель	62,70	150	75,24	180
6. Хлеб ржаной	69,30	35	89,10	45
7. Хлеб пшеничный			58,75	25
Полдник				
1.Ряженка	76,00	155	91,80	185
2.Булочка Российская	88,50	30	88,50	30
Ужин				
1.Каша вязкая гречневая с мясом и овощами	201,38	150	268,50	200
2.Напиток из шиповника	52,50	150/5	79,38	180/6
3. Хлеб пшеничный	47,00	20	70,50	30
	1359,35		1764,29	