

Утверждено
Директор НШДС №71
Н.Г. Груздева

01.12.2025

Наименование	Ясли		Сад		Школа	
	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал
Каша геркулесовая молочная с малом сливочным	140/3	185,66	180/3	238,71	180/3	238,71
Кофейный напиток	180/6	74,58	180/6	74,58	180/6	74,58
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	25/5/5	115,67	30/5/5	128,77	30/15/10	195,60
Итого:	360,00	375,91	406,00	442,06	406,00	508,89
2-й завтрак:						
Кондитерское изделие(печенье)	20,00	83,40	20,00	83,40	20,00	83,40
Кефир с сахаром	150	83,00	180	102,00	195	117,45
Итого:	170,00	83,00	200,00	102,00	215,00	117,45
Обед:						
Икра морковная	30,00	27,36				
Икра кабачковая			50	34,80	50	34,80
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150,00	89,36	180,00	107,24	180	107,24
Плов из отварной курицы с перловой крупой	150	276,63	200	344,55	200	344,55
Напиток из сухофруктов	150	60,00	180	72,00	180	72,00
Хлеб ржаной	35,00	69,23	45,00	89,19	45,00	89,19
Хлеб пшеничный	30,00	70,57	35,00	82,25	35,00	82,25
Итого:	515,00	565,79	690,00	730,03	690,00	730,03
Уплотненный полдник						
Фрукты	100	47,00	100	47,00	100	47,00
Пюре картофельное	120,00	109,80	140	128,10	140	128,10
Пудинг рыбный	45/15	80,00	60/20	106,67	60/20	106,67
Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,10	180/6	24,10
Хлеб пшеничный	20,00	47,00	30,00	70,50	30,00	70,50
Итого:	160,00	365,38	190,00	437,87	190,00	437,87
Всего:	1205,00	1390,08	1486,00	1711,96	1501,00	1794,24