

Утверждено

Директор НШДС №71

Н.Г. Груздева

02.10.2025

Наименование	Ясли		Сад		Школа	
	выход	ккал	выход	ккал	выход	ккал
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	113,50	180/3	241,16	180/3	241,16
Чай с молоком, с сахаром	170/6	70,41	180/6	75,76	180/6	75,76
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	25/5/5	107,57	30/5/5	128,77	30/15/10	195,60
Итого:	354,00	291,48	409,00	445,69	409,00	512,52
2-й завтрак:						
Кефир	150	76,00	180	92,00	200	102,22
Итого:	150,00	76,00	180,00	92,00	200,00	102,22
Обед:						
Салат из свежей капусты	40,00	34,96	60,00	52,44	60,00	52,44
Рассольник домашний с фрикадельками и сметаной	150/10/5	96,41	180/10/5	110,15	180/15/5	110,15
Тефтели мясные	50	92,46	70	129,44	90	199,74
Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным	120/3	128,6	130/3	137,6	150/5	169
Кисель	150,00	63,00	180,00	75,24	180,00	75,24
Хлеб ржаной	35,00	69,23	45,00	89,19	45,00	89,19
Итого:	565,00	449,70	672,00	541,63	672,00	643,32
Уплотненный полдник						
Пудинг творожный с молоком сгущенным	110/20	362,20	130/20	418,60	130/20	418,60
Чай с сахаром	150/10/5	23,94	180/10/6	24,35	180/6	24,35
Кондитерка /ПЕЧЕНЬЕ	20	63,60	20	63,60	20	63,60
Фрукты/ЯБЛОКО	100	47,00	100	47,00	100	47,00
Итого:	155,00	620,52	190,00	813,05	120,00	553,55
Всего:	1224,00	1437,70	1451,00	1892,37	1401,00	1811,61