

Утверждено
Директор НШДС №71
Н.Г. Груздева

06.10.2025

Наименование	Ясли		Сад		Школа	
	выход	ккал	выход	ккал	выход	ккал
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4	214,00	180/5	274,20	180/5	274,20
Кофейный напиток	180/6	74,58	180/6	74,58	180/6	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,50	30/5	111,68	30/10	144,00
Итого:	360,00	387,08	406,00	460,46	406,00	492,78
2-й завтрак:						
Кефир с сахаром	150/2	83,00	180/3	102,00	195/5	117,45
Итого:	152,00	83,00	183,00	102,00	183,00	117,45
Обед:						
Морковь свежая с сахаром	40	20,92	60	31,38	60	31,38
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне, с гречками	150/10	125,77	180/10	143,56	200/15	162,44
Плов из отварной курицы	150	229,00	200	282,55	200	282,55
Компот из урюка	150/5	56,83	180/6	68,20	180/6	68,20
Хлеб ржаной	35,00	69,23	45,00	89,19	45,00	89,19
Хлеб пшеничный					25,00	90,10
Итого:	225,00	501,75	305,00	614,88	330,00	723,86
Уплотненный полдник						
Фрукты/ ЯБЛОКО	100	47,00	100	47,00	100	47,00
Котлеты рыбные	50,00	72,63	70	101,72	90	160,20
Пюре картофельное	120	109,80	140	128,10	150	132,00
Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,10	180/6	24,10
Кондитерское изделие(вафли)	20,00	63,60	20,00	63,60	20,00	63,60
Хлеб пшеничный	20,00	47,00	30,00	70,50	30,00	70,50
Итого:	210,00	313,11	260,00	388,02	290,00	450,40
Всего:	947,00	1284,94	1154,00	1565,36	1209,00	1784,49