

Утверждено
Директор НШДС №71
Н.Г. Груздева

14.10.2025

Наименование	Ясли		Сад		Школа	
	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал
Завтрак:						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	171,47	180/5	228,00	180/5	228,00
Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180/6	74,58	180/6	74,58
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	25/5/10	132,83	30/5/10	146,01	30/10/15	196,10
Итого:	369,00	378,88	416,00	448,59	426,00	498,68
2-й завтрак:						
Ацидофильный напиток	150	76	180	92,00	195	102,22
Итого:	150,00	76,00	180,00	92,00	195,00	102,22
Обед:						
Салат из свежей моркови с сахаром	40,00	20,92				
Икра кабачковая			50,00	34,80	50,00	34,80
Борщ со свежей капустой картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/5	70,34	180/7	87,64	180/15	112,22
Пюре картофельное	120,00	109,80	140,00	128,10	150,00	132,00
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	40/20	136,77	50/25	170,97	60/30	205,16
Компот из свежих яблок	150,00	85,95	180,00	103,14	180,00	103,14
Хлеб дарницкий	35,00	69,23	45,00	89,19	45,00	89,19
Итого:	570,00	472,09	677,00	613,84	710,00	676,51
Уплотненный полдник						
Фрукты свежие/ЯБЛОКО	100,00	47,00	100,00	47,00	100,00	47,00
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/20	107,62	200/30	150,03	200/30	150,03
Чай с сахаром	150/5	20,08	180/6	24,10	180/6	24,10
Булочка дорожная	35	126,70	50	181,00	50	181,00
Хлеб пшеничный	25,00	58,75	30,00	70,5	30,00	70,5
Итого:	485,00	360,15	596,00	472,63	596,00	472,63
Всего:	1574,00	1287,12	1869,00	1627,06	1927,00	1750,04