

Утверждено
Директор НШДС №71
Н.Г. Груздева

26.11.2025

Наименование	Ясли		Сад		Школа	
	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал
Завтрак:						
Каша гекулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66	180/3	238,71	180/3	238,71
Какао с молоком	180/6	58,83	180/6	58,83	180/6	58,83
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,50	30/5	111,68	30./10	111,68
Итого:	359,00	342,99	406,00	409,22	406,00	409,22
2-й завтрак:						
Кисломолочный напиток с сахаром	150/2	85,00	180/3	102,00	200/3	113,33
Итого:	150/2	85,00	180/3	102,00	200/3	113,33
Обед:						
Салат из свежей моркови с сахаром	40,00	20,92	60,00	31,38	60,00	31,38
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	81,56	180/10/7	84,80	180/10/7	84,80
Тефтели мясные в томатном соусе	45/15	94,39	60/20	125,85	60/20	125,85
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	170,14	130/3	205,27	130,3	205,27
Компот из урюка	150,00	60,00	180,00	71,52	180,00	71,52
Хлеб ржаной	35,00	69,23	45,00	89,19	45,00	89,19
Итого:	525,00	496,24	285,00	608,01	415,30	608,01
Полдник						
ФРУКТЫ	100,00	47,00	100,00	47,00		
Сок в индивидуальной упаковке					200	53,00
Пудинг творожный с повидлом	110/20	179,14	130/20	360,20	130/20	360,20
Чай с сахаром	150/5/5	20,08	180/6/7	24,10	180/6/7	24,10
Итого:	310,00	246,22	366,00	431,30	366,00	437,30
Всего:	1,344	1170,45	1,237	1550,53	984,00	1567,86