

Утверждено  
Директор НШДС №71  
Н.Г. Груздева

12.11.2025

| Наименование                                                              | Ясли          |                | Сад           |                | Школа         |                |
|---------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------|---------------|----------------|---------------|----------------|
|                                                                           | выход         | ккал           | выход         | ккал           | выход         | ккал           |
| <b>Завтрак:</b>                                                           |               |                |               |                |               |                |
| Каша манная молочная с маслом сливочным                                   | 140/3         | 149,26         | 180/5         | 199,50         | 180/5         | 199,50         |
| 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         |
| <b>Итого:</b>                                                             | <b>359,00</b> | <b>306,59</b>  | <b>406,00</b> | <b>370,01</b>  | <b>406,00</b> | <b>370,01</b>  |
| <b>2-й завтрак:</b>                                                       |               |                |               |                |               |                |
| Кисломолочный напиток с сахаром                                           | 150/2         | 85,00          | 180/3         | 102,00         | 200/3         | 113,33         |
| <b>Итого:</b>                                                             | <b>150/2</b>  | <b>85,00</b>   | <b>180/3</b>  | <b>102,00</b>  | <b>200/3</b>  | <b>113,33</b>  |
| <b>Обед:</b>                                                              |               |                |               |                |               |                |
| 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           | 62,25          | 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         |
| Напиток 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          |
| <b>Итого:</b>                                                             | <b>525,00</b> | <b>476,93</b>  | <b>285,00</b> | <b>608,01</b>  | <b>415,30</b> | <b>608,01</b>  |
| <b>Полдник</b>                                                            |               |                |               |                |               |                |
| Г                                                                         |               |                |               |                |               |                |
| Сок в индивидуальной упаковке                                             | 125           | 53,00          | 125           | 53,00          | 200           | 53,00          |
| Пудинг творожный с повидлом                                               | 110/20        | 179,14         | 130/20        | 360,20         | 130/20        | 360,20         |
| Чай с сахаром и лимоном                                                   | 150/5/5       | 21,78          | 180/6/7       | 26,48          | 180/6/7       | 26,48          |
| Хлеб пшеничный                                                            | 25,00         | 58,75          | 30,00         | 70,50          | 30,00         | 70,50          |
| <b>Итого:</b>                                                             | <b>310,00</b> | <b>434,00</b>  | <b>366,00</b> | <b>631,51</b>  | <b>366,00</b> | <b>631,51</b>  |
| <b>Всего:</b>                                                             | <b>1,344</b>  | <b>1302,52</b> | <b>1,237</b>  | <b>1711,53</b> | <b>984,00</b> | <b>1722,86</b> |