



Тверждаю:
 Директор МБОУ «НШДС №71» НМР РТ
 Ф.Я. Манихова

20.01.2023 год ясли сад школа

Наименование блюда	Объем блюд сад школа	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
Каша геркулесовая молочная с маслом	140/3/180/3/1 80/3	171,47/221,33/214,80
Кофейный напиток с молоком	150/180/180	42,67/42,67/42,67
Бутерброд с маслом сливочным	25/5/30/5/30/5	116,70/111,68/119,68
Итого:	353/400/400	294,09/375,68/375,68

Второй завтрак

Молоко кипяченое	150/180/200	71,40/93,87/104,30
Итого	150/180/200	71,40/93,87/104,30

Обед

Рассольник Ленинградский с куриными фрикадельками со сметаной	150/10/6 180/10/7/180/10/10	166,84/198,54/203,40
Салат «Витаминный»	30/60 /60	61,96/92,94/92,94
Гуляш из птицы	30/30/40/40/45/45	92,63/98,54/101,6
Макаронные изделия отварные с овощами	110/130/150	141,78/167,56/193,34
Кисель	150/180/180	52/60/60
Хлеб ржаной	35/45/ 45	69,23/89,10/89,10
Итого:	583/745/788	656,14/906,76/970,67

Уплотненный полдник с ужином

Пудинг творожный с повидлом	110/20/130/20/13 0/30	330,5/389,7/389,7
Напиток из плодов шиповника	150/180//180	31,41/84,84/84,84
Хлеб пшеничный	20/30/30	47/70,57/70,57
Сок в индивидуальной упаковке	125/125/125	56,25/56,25/56,25
Итого:	540/616/616	439,56/498,53/520,33
Всего:	1626,0/1941/2004	1471,19/1874,84/1970,9 8

Приятного аппетита!