



Утверждено
Директор НИИДС №71
Манихова Ф.Я.

24.01.2024

Наименование	Ясли		Сад		Школа	
	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал
Завтрак:						
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	140/4	125,05	180/5	163,26	180/5	221,33
Чай с молоком, сахаром	170/6	70,41	180/6	75,76	180/6	42,67
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,5	30/5	111,68	30/5	111,68
Итого:	359	293,96	406	350,7	406	375,68
2-й завтрак:						
Молоко кипяченое	150	71,4	180	93,87	180	88,91
Итого:	150	71,4	180	93,87	180	88,91
Обед:						
Салат из моркови с яблоками	40	15,96	60	24,24	60	56,52
Суп гороховый с картофелем на курином бульоне, с гренками	150/10	125,77	180/10	143,56	180/10	132,94
Плов из отварной говядины	150	229	200	282,55	200	211,06
Кисель	150	62,7	180/6	75	180/6	100,1
Хлеб пшеничный	20	47	20	47,05	20	68,2
Хлеб дарницкий	35	69,23	45	89,19	45	58,75
Итого:	555	549,66	701	661,83	701	661,83
Уплотненный полдник:						
Биточки рубленые из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	40/20	99,98	50/25	124,98	50/25	124,98
Картофель тушёный с овощами в соусе	120	173,02	140	202,43	140	289,1
Напиток из шиповника	150/5	70,70	180/6	84,84	180/6	23,94
Печенье	20	41,7	20	41,7	20	108,4
Хлеб пшеничный	20	47	30	70,57	30	70,5
Яблоко	100	47	100	47	100	53,34
Итого:	475	479,4	551	571,53	511	545,28
Всего:	1530	1394,42	1838	1677,93	1097	1009,9