

«18»апреля 2025г.

«Согласовано» Заведующий МБДОУ И.А.Рогова вн. №10 «Светлячок» г.Альметьевска	Масса порций (грамм)	ккал	Масса порций (грамм)	ккал
	1г-3г		3г-7 л	
		1383,43		1700,93
Наименование блюда				
Завтрак				
1. Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66	180/3	251,91
2.Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67	180/6	42,67
3.Бутерброд с сыром,маслом сливочным	25/10/5	132,83	30/10/5	146,10
2 Завтрак				
1.Сок	125	52,77	180	76,00
Обед				
1.Салат из свеклы отварной с растительным маслом	40	37,56	60	56,34
2. Суп картофельный с рисовой крупой с мясными фрикадельками со сметаной	150/10/5	72,05	180/10/5	103,39
3.Котлеты рыбные с маслом сливочным	50/2	102,20	70/3	144,36
4. Макароны изделия с овощами	110	138,16	130	163,28
5.Кисель	150	62,70	180	75,24
6.Хлеб ржаной	35	69,30	45	89,10
7.Хлеб пшеничный	-	-	25	58,75
Полдник				
1.Ряженка	150	76,00	180	96,30
2.Булочка «Российская»	30	88,50	30	88,50
Ужин				
1.Каша вязкая гречневая с мясом и овощами	150	201,38	200	268,50
2.Напиток из шиповника	150/5	52,50	180/6	79,38
3. Хлеб пшеничный	25	47,00	30	70,50