

18.11.25

 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ №45

Наименование блюда	Выход блюда(гр)/энергетическая ценность(ккал)			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
ЗАВТРАК				
1. Каша пшеничная мол. с маслом сл.	140/3	191,96	180/3	241,16
2. Какао с молоком	180/6	90,78	180/6	90,78
3. Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,50	30/5	111,68
2 ЗАВТРАК				
1. Сок	200	84,80	200	84,80
ОБЕД				
1. Салат из моркови с сахаром	40	20,92	60	31,38
2. Борщ со св.капустой, с картофелем на мясн.бульоне, со сметаной	150/5	70,31	180/7	85,97
3. Гуляш из отварной говядины	30/30	132,60	40/40	176,80
4. Каша гречневая рассыпч.с маслом слив.	110/2	170,14	130/3	205,27
5. Кисель	150	62,70	180	75,24
6. Хлеб ржаной/пшеничный	35/25	69,23/5 8,75	45/35	89,19/82, 25
ПОЛДНИК				
1. Кислом.напиток, ряженка	150	76,00	180	92,00
2. Вафли	20	108,50	20	108,50
УЖИН				
1. Котлеты рыбные	50	72,63	70	101,72
2. Пюре картофельное с маслом	120/3	129,60	140/3	147,90
3. Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48
4. Хлеб пшеничный	30	70,57	30	82,25
ИТОГО	1607,10		1905,49	