

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Д/с №63 "Калинка"
пгт. Нижняя Мактама
/А.М. Закирова/
" 07 2026 г.

Наименование блюд	Масса порций в зависимости от		Масса порций в зависимости от	
	Ккал если	Норма если	Ккал сад	Норма сад
10 день				
Завтрак				
1.Каша рисовая молочная с маслом	179,40	140/3	225,00	180/3
2.Чай с сахаром с яблоком	28,70	170/6/10	28,70	180/6/10
3.Бутерброд с маслом сливочным	98,50	25/5	111,68	30/5
2 завтрак				
1. Сок	84,80	200	84,80	200
Обед				
1.Салат из зеленого горошка	25,08	30	41,80	50
2.Суп с пшенной крупой на курином бульоне	42,88	150	51,45	180
3.Жаркое по домашнему из птицы	177,15	150	236,20	200
4.Компот из свеж фруктов	32,89	150	39,47	180
5. Хлеб ржаной	69,20	35	89,19	45
6. Хлеб пшеничный	47,00	20	70,57	30
Полдник				
1.Кефир	83,00	150	90,00	180
2.Пряник	128,10	35	128,10	35
Ужин				
1.Сырники из творога с повидлом	329,00	100/30	379,80	120/30
2.Напиток из шиповника	26,15	150/5	31,38	180/6
	1351,85		1608,14	