

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Д/с №63 "Калинка"
пгт. Нижняя Мактама

/А.М. Закирова/

" 21 " 07 2026 г.



Наименование блюд	Масса порций в зависимости от возраста детей		Масса порций в зависимости от возраста детей	
	Ккал ясли	Норма ясли	Ккал сад	Норма сад
5 день				
Завтрак				
1.Каша жидкая гречневая молочная с маслом	180,10	140/3	225,90	180/3
2.Чай без сахара с мармеладом	48,15	170/10	96,30	180/2
3.Бутерброд с сыром, с маслом	115,67	25/5/5	128,77	30/5/5
2 завтрак				
1.Фрукты свежие(яблоки)	47,00	100	47,00	100
Обед				
1.Салат из зеленого горошка	25,08	30	41,80	50
2.Суп гороховый, с мясными фрикадельками со сметаной	108,56	150/10	126,35	180/10
3.Тефтели мясные	92,46	50	129,44	70
4.Рагу из овощей	162,29	120	202,86	150
5. Хлеб ржаной	79,20	40	89,19	45
6. Компот из свеж. фруктов	32,89	150	39,47	180
Полдник				
1.Ряженка	76,00	150	92,00	180
2. Сушки	66,20	20	66,20	20
Ужин				
1.Рыба тушеная с овощами	196,18	40/20	205,00	50/25
2.Пюре картофельное	109,80	120	128,10	140
3. Чай с сахаром и лимоном	21,78	150/5/5	26,48	180/6/7
4.Хлеб пшеничный	47,00	20	82,25	35
	1361,36		1644,86	