

Утверждаю



Дата: 28.08.2025		Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порций
Завтрак 1			
Каша пшеничная молочная жидкая	150/180		139,9/168,2
Бутерброд с сыром	30/5/10/40/10/15		147,4/224,5
Чай с сахаром	150/200		19,6/26,8
Завтрак 2			
Компот из изюма	100/100		37,5/37/5
Обед			
Кукуруза с яйцом	40/60		52,5/78,8
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/200		114,4/127,1
Рис отварной	120/150		162,8/203,5
Рыба тушеная с овощами	60/70		61,0/70,0
Компот из с/ф	150/200		60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40		70,5/94,0
Полдник			
Булочка домашняя	50/60		174,3/209,1
Напиток яблочно- лимонный	150/180		70,5/84,6
Ужин			
Рагу из курицы	150		162,9
Кисель	180		22,27
хлеб	40		94,0
Итого калорий в день			1050,1/1684,3