

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Сакмарский детский сад «Березка»
С.В. Мажарцева



День 10

20.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд граммы/ккал			
		1,5-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак	Каша вязкая «Дружба»	150	169	200	213
	Кофейный напиток с молоком	150	70	180	91
	Хлеб пшеничный	20	47	20	47
Итог		320	286	400	351
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100	52,67	100	52,67
	Яблоко	100	44	100	44
Итог		200	96,67	200	96,67
Обед	Салат из репчатого лука	40	26,91	60	40,38
	Суп картофельный с гренками	150	79	200	101
	Плов из птицы	150	264	200	315
	Компот из сушеных фруктов	150	84,75	200	113
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70
	Хлеб ржаной	20	35	30	52
Итог		530	536,66	720	691,38
Полдник	Суп молочный с крупой	150	132,4	180	165,5
	Хлеб пшеничный	20	47	30	70
	Чай с сахаром	150	28	180	40
Итог		320	207,4	390	275,5
Итого		1370	1126,73	1710	1414,55