



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ детский сад
№16 «Колокольчик»
Е.Б. Агафоночкина

18.07.2025

Завтрак	Ясли		Сад	
	Вес Блюда	Ккал	Вес Блюда	Ккал
Масло(порциями)	7	46,3	10	66,1
Каша жидкая молочная с овсянными хлопьями"Геркулес"с маслом и сахаром	160	153,2	180	172,4
Какао с молоком	160	95,1	180	107
Хлеб пшеничный йодированный	20	49	30	73,5
2 завтрак				
Фрукты свежие	1 шт 100 г	44,2	1 шт 100 г	44,2
Обед				
Огурец в нарезке	30	4,3	40	5,7
Суп картофельный с рисовой крупой	150	54,5	200	72,6
Котлеты рубленые из фарша рыбного	50	78,8	80	126
Пюре картофельное	110	98,4	130	116,2
Компот из смеси сухофруктов	150	67,5	180	81
Хлеб пшеничный йодированный	20	49	30	73,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	38,2	30	57,3
Полдник				
Сырники	80	170,7	100	216,4
Соус яблочный	15	10,4	20	13,9
Чай с лимоном	180	29,3	200	32,6
Ужин				
Рагу из мяса птицы	160	239,3	230	344
Компот из плодов свежих(яблок)	180	66,6	200	74
Хлеб пшеничный йодированный	30	73,5	30	73,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	57,3	30	57,3
Итого за пятый день		1425,6		1807,2

Специалист по организации питания Хоктина Н.Ю.

