

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
Масловского д/с «Тополек»  
С.С. Япко

15.09. 2025 г.

| Наименование блюда                                             | Вес блюда                       |          |               |          |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------|---------------|----------|
|                                                                | Энергетическая<br>ценность ккал |          |               |          |
|                                                                | до<br>3-х лет                   | до 7 лет | до<br>3-х лет | до 7 лет |
| <b>Первый день</b>                                             |                                 |          |               |          |
| <b>Завтрак:</b>                                                |                                 |          |               |          |
| Каша гречневая с<br>маслом, сахаром                            | 130                             | 150      | 244           | 282      |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20                              | 20       | 46            | 46       |
| Сливочное масло                                                | 5                               | 5        | 33            | 33       |
| Чай с лимоном                                                  | 150/5                           | 180/5    | 30            | 37       |
|                                                                |                                 |          |               |          |
| <b>2-й завтрак</b>                                             |                                 |          |               |          |
| Сок фруктовый                                                  | 150                             | 180      | 65            | 77       |
| Итого:                                                         | 460                             | 540      | 418           | 475      |
| <b>Обед:</b>                                                   |                                 |          |               |          |
| Суп картофельный с<br>вермишелью                               | 150                             | 180      | 63            | 78       |
| Фрикадельки мясные                                             | 50                              | 70       | 65            | 92       |
| Гарнир сложный:<br>Каша ячневая с маслом и<br>икрой кабачковой | 100/5/10                        | 110/5/20 | 115           | 136      |
| Хлеб пшеничный                                                 | 20                              | 30       | 46            | 69       |
| Хлеб ржаной                                                    | 15                              | 20       | 41            | 54       |
| Компот из с/х фруктов                                          | 150                             | 180      | 85            | 103      |
| <b>Итого:</b>                                                  | 530                             | 635      | 415           | 532      |
| <b>полдник</b>                                                 |                                 |          |               |          |
| Булочка домашняя                                               | 50                              | 70       | 179           | 256      |
| Кисломолочный напиток                                          | 150                             | 180      | 75            | 90       |
| Итого:                                                         | 200                             | 250      | 254           | 340      |
| <b>Всего:</b>                                                  | 1190                            | 1425     | 1087          | 1353     |
|                                                                |                                 |          |               |          |