

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



23.03. 2026 г.

Десятый день:

| Наименование блюда | Вес блюда | Наименование блюда | Энергетическая ценность к/кал | Энергетическая ценность к/кал |
|---|------------|--------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| Завтрак | до 3-х лет | до 7 лет | до 3-х лет | до 7 лет |
| Каша рисовая молочная | 130 | 150 | 138 | 161 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 46 | 46 |
| Сливочное масло | 5 | 5 | 33 | 33 |
| Чай | 150 | 180 | 30 | 37 |
| Второй завтрак | | | | |
| Сок фруктовый | 150 | 180 | 65 | 91 |
| Итого: | 455 | 535 | 312 | 368 |
| Обед | | | | |
| Щи со свежей капустой и картофелем | 150 | 180 | 67 | 81 |
| Кнели из курицы с рисом | 50 | 70 | 140 | 196 |
| Сложный гарнир: Макароны с маслом и соленым огурцом (помидором) | 100/5/10 | 110/5/20 | 134 | 147 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 46 | 69 |
| Хлеб ржаной | 15 | 20 | 41 | 54 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 85 | 103 |
| Итого: | 500 | 615 | 513 | 650 |
| Полдник | | | | |
| Кондитерские изделия (печенье, пряники) | 30 | 50 | 138 | 230 |
| Какао с молоком | 180 | 200 | 89 | 105 |
| Итого: | 210 | 250 | 227 | 335 |
| Всего: | 1165 | 1400 | 1052 | 1353 |
| За 10 дней: | | | 10589 | 13506 |
| Средн.: | | | 1059 | 1351 |