

Заведующий ДОУ 73

Утверждаю

Игнатьева Е.П.

2025 г.

Завтрак

№	блюдо	Масса порций	Калорийность
1.	Каша геркулесов.	180/70	91 70
	на молоке с маслом	180/200	
2.	Каша с молоком	180/200	93 195 16,95
3.	Б/с повидло	40/50	94 945 25,0

Второй завтрак

	Сок апельсиновый		9,001 0,12
--	------------------	--	------------

Обед

1	Рассольник	180/4,0	92 50
	со сметаной	180/200	
2.	Витаминные	70/80	92 92 5
	Рис отварен с маслом	180/200	908 908 9,8
3	Каша из сухарей	150/200	95 49,5
4.	Кефирная	40/50	95 49,5

Уплотнённый полдник

1.	Сыр творожный	180/903	903 95
	с вареньем	180/200	
2.	Каша из манной	180/200	195 19,5 16,95
3.	Кефир витаминный	40/50	94 945 25,0