



МБДОУ
№ 26 "Гнёздышко"

Шилова И.Б.

На 14.03.2025 г.

10 день

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С	180/5	129,60
		Я	150/5	108,00
	Бутерброд с повидлом	С	20/15/5	99,27
		Я	15/10/5	70,91
	Чай с молоком 2,5% жирн.	С	150/50/11	98,80
		Я	135/45/10	89,00
	Итого: сад	С	415	327,67
Итого: ясли	Я	355	267,91	
2-завтрак: Обед	Сок натуральный (яблочный)			
		Я	1/200	85,30
	Борщ с фасолью и картофелем	С	200	113,20
		Я	150	84,90
	Рыба, запеченая с картофелем порусски	С	130/70	208,76
		Я	110/50	167,01
	Компот из свежих плодов (яблук)	С	180	54,61
		Я	150	45,51
	Хлеб пшеничный	С	20	47,00
		Я	15	35,25
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	682	807,90
	Итого: ясли	Я	550	775,29
Полдник	Запеканка из творога 5% жирн.	С	120	298,48
		Я	100	247,00
	Соус молочный (сладкий)	С	30	30,45
		Я	30	30,45
	Чай с лимоном	С	200/11/9	45,50
		Я	150/7/4	29,00
	Итого: сад	С	364	231,70
Итого: ясли	Я	281	182,05	
Всего за день: сад	С	1461	1367,27	
	Я	1186	1225,25	
Стоимость дня	С		131,25 РУБ.	
	Я		144,90 РУБ.	