

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ  
 "Детский сад № 18 «Гармония»  
 ст. Подгорной"



*Лаз*  
 \_\_\_\_\_  
 1 Хасанова Е.А.  
 2025 год

На \_\_\_\_\_ 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная манная	С	180/4	168,75
		Я	150/3,5	112,50
	Хлеб пшеничный	С	20	47,00
		Я	15	35,25
	Сыр "Российский" 50% ( порциями)	С	15	55,00
		Я	10	36,60
	Кофейный напиток с молоком (1вариант)	С	200	93,30
		Я	180	83,90
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>415</b>	<b>309,05</b>
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>355</b>	<b>231,65</b>
2-завтрак:	Яблоки свежие ( 1шт.)	С	100	44,00
		Я	100	44,00
Обед	Овощи отварные (свекла)	С	50	38,10
		Я	30	15,20
	Борщ из свежей капусты	С	200	83,80
		Я	150	62,85
	Пампушки с чесноком	С	20	132,00
		Я	20	132,00
	Голубцы ленивые	С	150	164,24
		Я	130	136,85
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	100,66
		Я	150	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	94,00
		Я	30	70,50
	Хлеб ржаной	С	37	65,25
Я		30	52,20	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>657</b>	<b>546,05</b>
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>520</b>	<b>421,48</b>
Полдник	Вареники ленивые	С	120	324,70
		Я	100	258,82
	Соус молочный сладкий	С	30	30,45
		Я	30	30,45
	Кефир 2,5% или Ряженка 2,5%	С	200	85,06
		Я	150	70,89
	<b>Итого: сад</b>	<b>С</b>	<b>330</b>	<b>440,21</b>
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>280</b>	<b>360,16</b>
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1402</b>	<b>1295,31</b>
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1155</b>	<b>1013,29</b>
Стоимость дня		С	145,74	
		Я	134,23	