

Утверждаю:
 Заведующая МДОУ Д/с. села Поим
 С.Н. Тикунова



30.09.2025 г.

| Прием пищи | Наименование блюда | 1,5-3 | Энергетич. ценность (ккал) | 3-7 | Энергетич. ценность (ккал) |
|----------------------|-------------------------------------|-------------|----------------------------|-------------|----------------------------|
| Завтрак | Каша гречневая с сахаром | 150 | 202,0 | 200 | 303,0 |
| | Какао | 150 | 142,5 | 200 | 190,0 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 136 | 40 | 136 |
| II завтрак | Груша свежая | 100 | 46,0 | 100 | 46,0 |
| Обед | Суп - уха | 200 | 112,8 | 250 | 150,3 |
| | Плов из птицы | 160 | 304,0 | 210 | 399,0 |
| | Салат из свеклы с зеленым горошком | 40 | 42,6 | 60 | 64,0 |
| | Компот из сухофруктов с витамином С | 150 | 84,75 | 200 | 113,0 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 72,0 | 50 | 102,5 |
| полдник | Пирожки с повидлом | 100 | 279,7 | 100 | 279,7 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 84,75 | 200 | 113,0 |
| Итого за день | | 1270 | 1507,1 | 1610 | 1896,5 |