

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



01.10.2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3	Энергетич. ценность (ккал)	3-7	Энергетич. ценность (ккал)
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	140,25	200	187,0
	Чай с сахаром с лимоном	150	39,44	180	52,58
	Бутерброд с маслом и сыром	33	100,3	45	100,3
II завтрак	Яблоко свежее	100	44,0	100	44,0
Обед	Борщ со сметаной	150	63,6	200	106,0
	Картофельное пюре	120	113,6	150	142,0
	Котлета мясная куриная	85	303,45	100	357,0
	Сельдь с луком репчатым	45	87	60	116,0
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	84,75	200	113,0
	Хлеб ржаной	30	72,0	50	102,5
полдник	Зефир	50	175	50	175
	Макароны с маслом и сахаром	120/5	232,60	120/5	232,60
	Компот из сухофруктов	150	84,75	200	113,0
	Итого за день	1338	1540,74	1660	1840,98