

Утверждаю 
 Руководитель СИ д/с № 9
 на **9.10.2025 Приятного аппетита!**

Завтрак	Ясли(гр)/калорийно сть		Сад(гр)/калорийность	
Каша молочная рисовая	150	200	200	230
Какао с молоком	150	95	200	110
Батон с маслом	37	60	37	60

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Фр.напиток	150	95	200	110
------------	-----	----	-----	-----

Обед

Борщ вегетарианский со сметаной	150	180	200	210
Рыба с овощами.Картофельное пор.Солёный огурец.	70/130/45		80/150/45	
	130/220/10		140/240/10	
Компот из с/ф.	150	105	200	113
Хлеб ржаной, пшеничный	25/30	60/70	30/30	70/70

Уплотненный полдник

Салат из моркови с изюмом	80	130	90	150
Чай	150	95	200	110
Хлеб	25	50	30	60

Ясли **123,39**
 Сад **133,43**

Информация для родителей:

Согласно Рекомендуемым суточным наборам продуктов
 для организации питания детей в дошкольных
 образовательных организациях, норма фруктов в день -114,сок-100гр.
 Рекомендованно вечером дать ребёнку,фрукты,и сок на выбор.