

Утверждаю   
 Руководитель СП д/с № 9  
 на 21.11.2025 Приятного аппетита!

| Завтрак                    | Если(гр)/калорийность | Сад(гр)/калорийность | Если(гр)/калорийность | Сад(гр)/калорийность |
|----------------------------|-----------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|
| Каша молочная геркулесовая | 150                   | 220                  | 200                   | 250                  |
| Кофейный напиток           | 150                   | 95                   | 200                   | 115                  |
| Батон с маслом             | 30                    | 60                   | 30                    | 60                   |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>      |                       |                      |                       |                      |
| Яблоко                     | 166                   | 140                  | 166                   | 140                  |
| <b>Обед</b>                |                       |                      |                       |                      |
| Суп с клёцками на к/к/б    | 150                   | 180                  | 200                   | 200                  |
| Тушеный картофель с мясом  | 120                   | 250                  | 140                   | 280                  |
| Компот из с/ф.             | 150                   | 105                  | 200                   | 113                  |
| Хлеб ржаной, пшеничный     | 25/30                 | 60/70                | 30/30                 | 70/70                |
| <b>Уплотненный полдник</b> |                       |                      |                       |                      |
| Омлет                      | 80<br>130             |                      | 90                    | 150                  |
| Чай                        | 150                   | 95                   | 200                   | 110                  |
| Хлеб                       | 25                    | 55                   | 29                    | 63                   |
| Если                       | 114 32                |                      |                       |                      |
| Сад                        | 124 19                |                      |                       |                      |

**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.