

ДОУ

МДОУ "Кулицкий детский сад"

Отд./корп

День

29.11.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------|-------------|---------|---|-----------|------|---------------|-------------|------------|-------------|
| Завтрак 1 | гор.блюдо | 281 | Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая | 170/200 | | 193,11/227,19 | 6,09/7,16 | 7,63/8,98 | 24,51/28,84 |
| | гор.напиток | 45 | Кофейный напиток | 150/180 | | 119,7/159,56 | 3,6/4,8 | 3,6/4,8 | 18,69/24,92 |
| | хлеб | 3 | Бутерброд с маслом | 20/5/25/7 | | 93,87/139,10 | 1,58/2,34 | 5,24/7,76 | 9,81/14,53 |
| Завтрак 2 | | 35 | Кисломолочный напиток (снежок) | 150/180 | | 100,5/120,6 | 6/7,2 | 4,8/5,76 | 6,3/7,56 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | 1 блюдо | 56 | Суп картофельный с рыбой | 180/250 | | 145,6/194,1 | 18,48/24,64 | 1,99/2,66 | 9,9/13,19 |
| | 2 блюдо | 49 | Макароны отварные | 120/150 | | 183,81/229,76 | 4,69/5,9 | 6,48/8,11 | 25,03/31,29 |
| | | 183 | Суфле из птицы | 70/80 | | 286,06/326,93 | 8,57/9,79 | 12,8/14,63 | 3,91/4,47 |
| | | 465 | Соус томатный | 30/50 | | 20,7/33,46 | 0,32/0,54 | 1,12/1,86 | 2,08/3,46 |
| | | 241 | Компот из сухофруктов | 150/200 | | 83 /99 | 0,42/0,51 | 0 | 20,45/24,23 |
| | | | Хлеб ржаной | 20/30 | | 67,6/84,5 | 2,6/3,2 | 0,5/0,6 | 13/16,2 |
| Уплотненный полдник | | 435 | Салат из зеленого горошка консервированного | 40/40 | | 29,3 | 1,36 | 1,39 | 2,84 |
| | | 110 | Омлет натуральный | 80/100 | | 125,6/157 | 7,18/8,97 | 6,8/8,5 | 6/7,5 |
| | | 263,264 | Чай с сахаром | 150/200 | | 30/45 | 0/0 | 0/0 | 8,98/11,98 |
| | | | Хлеб пшеничный | 20/30 | | 82,6/117,86 | 2,76/3,9 | 0,35/0,5 | 16,9/24 |