

ДОУ

МДОУ "Кулицкий детский сад"

Отд./корп

День

21.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1	гор.блюдо	175	Каша молочная "Дружба"	150/200		150,75/201	4,66/6,21	5,79/7,73	20,78/27,71
	гор.напиток	22	Какао на молоке	150/200		135,9/181,18	4,65/6,2	4,65/6,2	19/25,34
	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 (кефир)	150/180		100,5/120,6	6/7,2	4,8/5,76	6,3/7,56
Обед	1 блюдо	56	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	200/8/5//200/10/6		118,49/134	2,95/3,68	4,8/7,07	6,87/8,58
	2 блюдо	67	Тушеный картофель с курой	180/200		140,07/164,17	6,26/9,26	5,13/6,71	8,69/9,71
		384	Кисель	150/200		87,14/116,19	1,02/1,36	0	21,76/29,02
			Хлеб ржаной	20/30		67,6/84,5	2,6/3,2	0,5/0,6	13/16,2
Уплотненный полдник		458	Ватрушка с творогом	60/80		173/230	7,9/10,5	4,69/6,26	25,0/33,3
		213	Яйца вареные	40/40		63	5,08	4,6	0,28
		912	Яблоко	100		47	0,4	0,4	9,8
		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