

ДОУ

МДОУ "Кулицкий детский сад"

Отд./корп

День

31.01.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------|-------------|---------|--------------------------------------|-----------|------|---------------|-----------|-----------|-------------|
| Завтрак 1 | гор.блюдо | 10 | Вермишель молочная | 150/200 | | 140,28/187,04 | 4,95/6,58 | 6,75/9 | 27/28,12 |
| | 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 | фрукты | 240 | Сок фруктовый | 150/180 | | 102/123 | 0,45/0,54 | 0,3/0,36 | 24,45/29,34 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | 1 блюдо | 36 | Суп картофельный с бобовыми, с мясом | 170/200 | | 118,87/180 | 6,34/8,8 | 4,12/6,85 | 17,51/22 |
| | гарнир | 49 | Макароны отварные | 120/150 | | 183,81/229,76 | 4,69/5,9 | 6,48/8,11 | 25,03/31,29 |
| | | 465 | Соус томатный | 30/50 | | 20,07/33,46 | 0,32/0,54 | 1,12/1,86 | 2,08/3,46 |
| | | 161 | Котлета мясная | 65/75 | | 119,98/139,13 | 8,44/9,84 | 6,88/8,02 | 6,13/7,16 |
| | | 240 | Напиток лимонный | 150/200 | | 97,5/130 | 0,34/0,45 | 0,04/0,05 | 23,58/31,44 |
| | | | 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 |
| | | 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 |