

ДОУ

МДОУ "Кулицкий детский сад"

Отд./корп

День

20.03.2024

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		240	Сок фруктовый	150/180		102/123	0,45/0,54	0,3/0,36	24,45/29,34
Обед	1 блюдо	87	Суп с рыбными консервами	150/200		100/167	5,16/8,60	5,04/8,40	8,60/14,33
	2 блюдо	206	Пюре картофельное	130/150		99,75/142	6,83/8,05	3,81/5,24	24,8/38,06
		161	Котлета мясная	65/75		119,98/139,13	8,44/9,84	6,88/8,02	6,13/7,16
		465	Соус томатный	30/50		20,7/33,46	0,32/0,54	1,12/1,86	2,08/3,46
		22	Салат из свеклы с чесноком	40/60		48,75/65	0,62/0,83	3,41/4,54	3,41/4,55
		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