

ДОУ

МДОУ "Кулицкий детский сад"

Отд./корп

День

21.03.2024

| Прием пищи          | Раздел      | № рец.  | Блюдо  | Выход, г          | Цена | Калорийность  | Белки     | Жиры      | Углеводы    |
|---------------------|-------------|---------|--|-------------------|------|---------------|-----------|-----------|-------------|
| Завтрак 1           | гор.блюдо   | 283     | Каша рисовая молочная жидкая                 | 170/200           |      | 200,78/236,21 | 4,72/5,55 | 7,68/9,03 | 27,63/32,5  |
|                     | 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 (снежок)               | 150/180           |      | 100,5/120,6   | 6/7,2     | 4,8/5,76  | 6,3/7,56    |
|                     |             |         |  |                   |      |               |           |           |             |
| Обед                | 1 блюдо     | 27      | Борщ с капустой свежей, с мясом и сметаной   | 150/8/5//200/10/6 |      | 93,69/117     | 2,82/3,52 | 4,79/5,98 | 7,83/9,78   |
|                     | 2 блюдо     | 49      | Макароны отварные                            | 120/150           |      | 183,81/229,76 | 4,69/5,9  | 6,48/8,11 | 25,03/31,29 |
|                     |             | 179     | Курица в томатном соусе                      | 60/70             |      | 94,5/110,25   | 6,43/7,5  | 8,4/9,8   | 2,27/2,65   |
|                     |             | 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 |             | 454     | Пирожок печеный из дрожжевого теста с джемом | 60/25<br>80/25    |      | 159,6/212,8   | 3,45/4,6  | 1,40/1,87 | 33,33/44,44 |
|                     |             | 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     |