

Школа

МДОУ №38 Детский сад Будущего

Отд./кор

День

01.07.2025

| Прием пищи | Раздел         | № рец.  | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|----------------|---------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |                | 184     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                | 150      | 7,96  | 164,16       | 6,46  | 4,23  | 24,98    |
|            | Напиток        | 430     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180      | 0,77  | 26,31        | 0,16  | 0,00  | 6,43     |
|            |                | 3       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                    | 30       | 9,64  | 83,94        | 3,57  | 3,18  | 10,10    |
| II Завтрак | Фрукты         | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                        | 100      | 15,39 | 44,20        | 0,40  | 0,40  | 9,90     |
| Обед       | Холодное блюдо | 51      | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                     | 55       | 5,44  | 31,79        | 0,66  | 1,78  | 3,18     |
|            | 1-е блюдо      | 94      | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ            | 180      | 5,03  | 63,56        | 1,41  | 1,93  | 10,06    |
|            | Гарнир         | 335     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 130      | 11,30 | 107,24       | 2,72  | 2,45  | 18,49    |
|            | 2-е блюдо      | 240     | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) | 70       | 25,32 | 78,61        | 9,96  | 2,51  | 4,79     |
|            | Напиток        | 436     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                     | 180      | 5,09  | 94,50        | 0,18  | 0,00  | 23,13    |
|            | Хлеб           | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                 | 37       | 2,18  | 77,52        | 2,58  | 0,30  | 16,11    |
| Ужин       |                | 240     | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ         | 130/25   | 45,53 | 267,04       | 17,75 | 11,25 | 22,48    |
|            |                | 394     | ЧАЙ С МОЛОКОМ                        | 180      | 6,84  | 71,95        | 2,57  | 2,17  | 10,39    |
|            | Хлеб           | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ           | 29       | 2,02  | 56,45        | 0,26  | 1,81  | 11,76    |