

Школа

МДОУ №38 Детский сад Будущего

Отд./кор

День

18.08.2025

| Прием пищи | Раздел         | № рец.  | Блюдо                                                                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|----------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |                | 189     | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ                                        | 150      | 7,73  | 132,62       | 4,17  | 3,45  | 21,28    |
|            | Напиток        | 395     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                    | 180      | 7,41  | 75,78        | 2,66  | 2,04  | 11,57    |
|            | Хлеб           | 1       | БАТОН                                                                         | 21       | 2,18  | 53,34        | 1,59  | 0,62  | 10,32    |
| II Завтрак | Напиток        | 442     | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                                 | 106      | 5,64  | 43,33        | 0,53  | 0,13  | 9,87     |
| Обед       | Холодное блюдо | 27/1    | Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом | 50       | 6,16  | 44,30        | 1,03  | 1,86  | 5,86     |
|            | 1-е блюдо      | 99      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                                                   | 180      | 5,58  | 86,94        | 4,11  | 1,81  | 13,48    |
|            | Гарнир         | 125     | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ                                                  | 130      | 11,12 | 69,52        | 2,49  | 2,15  | 16,82    |
|            |                | к/к     | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                                               | 65       | 20,34 | 140,19       | 12,63 | 7,05  | 5,76     |
|            | Напиток        | 441     | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                                   | 180      | 5,21  | 78,95        | 0,65  | 0,27  | 15,38    |
|            | Хлеб           |         | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                                          | 38       | 2,27  | 77,52        | 1,71  | 0,38  | 16,15    |
| Ужин       |                | 221     | СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ                                        | 150/15   | 48,37 | 371,30       | 22,55 | 15,62 | 34,07    |
|            |                | 435     | СНЕЖОК                                                                        | 148      | 16,23 | 83,37        | 4,13  | 3,69  | 6,65     |
|            |                | 464     | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                                                            | 50       | 3,68  | 160,93       | 4,16  | 3,27  | 28,78    |
|            | Хлеб           | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                                    | 33       | 2,26  | 63,28        | 0,30  | 2,03  | 13,18    |