

Школа	МДОУ №38 Детский сад Будущего	Отд./кор	День	13.01.2026
-------	-------------------------------	----------	------	------------

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	7,76	171,24	5,95	3,57	28,77
	Напиток	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,46	69,35	2,44	2,05	10,15
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	11,58	94,01	4,07	3,71	10,89
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	14,25	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	6,59	37,02	0,82	1,77	4,44
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,47	53,14	1,34	2,56	5,14
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,11	171,76	5,13	2,19	32,84
	2-е блюдо	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	41,39	144,86	10,66	10,22	2,58
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,64	24,38	0,00	0,00	6,09
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,58	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	11,80	126,42	2,75	4,30	18,32
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	26,24	80,89	10,12	2,50	5,33
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,75	26,30	0,16	0,00	6,41
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,44	62,78	0,29	2,02	13,08
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	9,24	160,16	3,26	3,11	34,60