

Школа	МДОУ №38 Детский сад Будущего	Отд./кор	День	14.01.2026
-------	-------------------------------	----------	------	------------

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	7,61	132,96	4,51	4,30	18,94
	Напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	3,15	33,13	0,05	0,01	8,00
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	5,36	98,03	1,79	0,67	21,16
II Завтрак	Напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	5,3	43,33	0,53	0,13	9,87
Обед	Холодное блюдо	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	8,31	57,06	2,22	3,86	3,26
		84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	17,73	97,37	6,99	2,28	12,06
		298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	150/20	50,25	255,14	14,41	11,51	23,24
	Напиток	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	9,01	0,00	5,54	2,03	3,51
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	41	2,73	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		161	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	150/15	19,35	130,34	7,73	5,02	13,06
		435	ЙОГУРТ	150	16,50	84,77	4,20	3,75	6,77
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,61	67,03	0,31	2,15	13,96