

Школа

МДОУ №38 Детский сад Будущего

Отд./кор

День 20.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	8,48	163,91	6,42	4,25	24,91
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,74	26,31	0,16	0,00	6,43
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	11,63	95,53	4,12	3,72	11,19
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	14,25	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	4,73	31,11	0,61	1,78	3,09
	1-е блюдо	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	3,41	63,56	1,41	1,93	10,06
	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	9,39	107,63	2,71	2,51	18,48
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	70	26,63	78,95	9,96	2,56	4,78
	Напиток	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	6,47	94,50	0,18	0,00	23,13
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,34	77,52	2,58	0,30	16,11
Ужин		240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	130/25	45,88	270,31	18,02	11,46	22,52
		394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,68	71,06	2,52	2,12	10,31
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,24	56,19	0,26	1,81	11,70