

Школа

МДОУ №38 Детский сад Будущего

Отд./кор

День 30.03.2026

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|----------------------|---------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 7,38 | 151,06 | 5,02 | 3,49 | 24,84 |
| | Напиток | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180/15/7 | 3,77 | 61,10 | 0,30 | 0,10 | 14,98 |
| | | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 12,34 | 125,85 | 1,59 | 8,75 | 10,13 |
| II Завтрак | Напиток | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 106 | 5,62 | 45,58 | 0,53 | 0,11 | 10,49 |
| Обед | Холодное блюдо | | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 50 | 7,85 | 36,69 | 0,80 | 1,76 | 4,40 |
| | 1-е блюдо | 77 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ | 180 | 8,45 | 76,75 | 1,57 | 2,61 | 10,98 |
| | Гарнир | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | 8,13 | 91,32 | 3,01 | 2,70 | 13,29 |
| | 2-е блюдо | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 40,44 | 148,61 | 9,48 | 10,43 | 5,13 |
| | Напиток | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 2,62 | 24,40 | 0,00 | 0,00 | 6,10 |
| | Хлеб | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 38 | 2,50 | 76,74 | 2,56 | 0,30 | 15,95 |
| Ужин | | 260 | АЗУ | 150 | 36,94 | 201,45 | 9,00 | 12,27 | 13,69 |
| | Хлеб | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 31 | 2,40 | 60,27 | 0,28 | 1,94 | 12,55 |
| | | 435 | ЙОГУРТ | 150 | 16,50 | 84,77 | 4,20 | 3,75 | 6,77 |
| | Кондитерское изделие | | ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | 4,08 | 122,10 | 2,22 | 2,82 | 21,93 |