

Школа

МДОУ №38 Детский сад Будущего

Отд./кор

День 19.05.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Горячее блюдо	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	8,10	172,90	6,02	3,67	28,88
	Напиток	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	6,72	71,11	2,52	2,12	10,31
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	11,01	93,20	3,95	3,50	11,31
II Завтрак	Фрукты	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	18,81	44,20	0,40	0,40	9,90
Обед	Холодное блюдо		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	7,59	37,10	0,83	1,76	4,46
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,38	51,45	1,32	2,46	5,11
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,16	172,11	5,13	2,23	32,84
	2-е блюдо	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	43,68	145,29	10,67	10,26	2,58
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,68	24,41	0,00	0,00	6,10
	Хлеб	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	41	2,71	83,72	2,79	0,33	17,40
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	12,53	127,70	2,78	4,34	18,50
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	65	27,64	82,15	10,13	2,55	5,53
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,75	26,35	0,16	0,00	6,43
	Хлеб	TK №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,59	65,00	0,30	2,09	13,54
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	55	9,98	161,49	3,27	3,10	34,93