

Школа

МДОУ №38 Детский сад Будущего

Отд./кор

День 01.07.2026

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|----------------|---------|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150 | 7,90 | 135,54 | 4,63 | 4,45 | 19,14 |
| | Напиток | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 3,03 | 33,16 | 0,05 | 0,01 | 8,01 |
| | | 2 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 4,47 | 78,41 | 1,52 | 0,58 | 16,75 |
| II Завтрак | Напиток | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 107 | 5,68 | 46,37 | 0,57 | 0,14 | 10,56 |
| Обед | Холодное блюдо | 22 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 55 | 12,26 | 60,04 | 0,55 | 5,62 | 1,82 |
| | | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 18,99 | 97,40 | 6,99 | 2,29 | 12,07 |
| | | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | 150/20 | 52,98 | 255,05 | 14,39 | 11,52 | 23,19 |
| | Напиток | ТК№022 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 180 | 9,14 | 0,00 | 5,54 | 2,03 | 3,51 |
| | Хлеб | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,45 | 72,09 | 2,40 | 0,28 | 14,98 |
| Ужин | | 161 | СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ | 150/15 | 21,56 | 129,43 | 7,55 | 5,00 | 13,06 |
| | | 435 | ЙОГУРТ | 152 | 16,67 | 85,62 | 4,24 | 3,79 | 6,83 |
| | Хлеб | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,29 | 57,31 | 0,27 | 1,84 | 11,94 |