

Школа	МДОУ №38 Детский сад Будущего	Отд./кор	День	14.07.2026
-------	-------------------------------	----------	------	------------

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	1,43	123,89	4,13	0,47	25,83
		2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	6,44	103,92	1,26	0,45	23,69
	Напиток	392	ЧАЙ С САХАРОМ	160/6	0,58	30,36	0,00	0,00	7,50
II Завтрак	Фрукты	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	125	23,52	55,25	0,50	0,50	12,38
Обед	Холодное блюдо		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	6,81	31,57	0,71	1,56	3,68
	1-е блюдо	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,89	44,82	0,88	3,00	3,36
	Гарнир	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,16	153,48	4,01	3,88	25,65
		277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	45,26	161,46	11,28	11,83	2,52
	Напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,35	19,35	0,00	0,00	4,84
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,05	59,98	2,00	0,24	12,47
Ужин	Гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	6,85	76,63	1,99	0,40	16,22
	2-е блюдо	240	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	80	27,06	139,74	9,99	9,12	5,27
	Напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,72	19,35	0,00	0,00	4,84
	Хлеб	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,50	35,65	0,17	1,15	7,43
	Кондитерское изделие	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	6,88	170,78	3,24	3,63	31,37