

|       |                               |          |      |            |
|-------|-------------------------------|----------|------|------------|
| Школа | МДОУ №38 Детский сад Будущего | Отд./кор | День | 04.08.2026 |
|-------|-------------------------------|----------|------|------------|

| Прием пищи | Раздел    | № рец.  | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|---------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    |           | 184     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                | 140      | 1,91  | 108,88       | 4,22  | 1,11 | 20,57    |
|            | Напиток   | 430     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180      | 0,72  | 19,35        | 0,00  | 0,00 | 4,84     |
|            | Хлеб      |         | БАТОН                                | 40       | 5,14  | 102,31       | 3,04  | 1,19 | 19,79    |
| II Завтрак | Фрукты    | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                        | 125      | 23,52 | 55,25        | 0,50  | 0,50 | 12,38    |
| Обед       |           | 51      | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                     | 40       | 7,37  | 27,06        | 0,54  | 1,57 | 2,59     |
|            | 1-е блюдо | 94      | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ            | 150      | 4,33  | 53,11        | 1,18  | 1,62 | 8,41     |
|            | Гарнир    | 335     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 110      | 7,64  | 70,21        | 1,82  | 0,37 | 14,86    |
|            | 2-е блюдо | 240     | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) | 80       | 30,83 | 98,94        | 10,01 | 4,37 | 5,85     |
|            | Напиток   | 436     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                     | 150      | 5,18  | 78,75        | 0,15  | 0,00 | 19,28    |
|            | Хлеб      | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                 | 29       | 1,99  | 58,14        | 1,94  | 0,23 | 12,08    |
| Ужин       |           | 294     | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ          | 150      | 40,14 | 241,56       | 19,33 | 8,63 | 16,58    |
|            |           | 360     | СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360             | 30       | 2,50  | 19,97        | 0,31  | 1,56 | 1,37     |
|            | Напиток   | 392     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180/6    | 0,62  | 34,00        | 0,00  | 0,00 | 8,40     |
|            | Хлеб      | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ           | 21       | 1,70  | 40,53        | 0,19  | 1,30 | 8,44     |