

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    | Горячее блюдо | 184     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                | 130      | 7,41  | 142,21       | 5,48  | 3,78 | 21,52    |
|            | Напиток       | 430     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 150      | 0,49  | 17,65        | 0,10  | 0,00 | 4,31     |
|            |               | 3       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                    | 30       | 10,98 | 86,72        | 3,79  | 3,47 | 9,89     |
| II Завтрак | Фрукты        | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                        | 100      | 18,81 | 44,20        | 0,40  | 0,40 | 9,90     |
| Обед       |               | 51      | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                     | 30       | 4,08  | 32,20        | 0,39  | 2,54 | 1,88     |
|            | 1-е блюдо     | 94      | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ            | 150      | 4,82  | 83,51        | 1,17  | 5,01 | 8,39     |
|            | Гарнир        | 335     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 110      | 10,77 | 92,77        | 2,27  | 2,34 | 15,60    |
|            | 2-е блюдо     | 240     | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) | 50       | 22,72 | 62,89        | 6,85  | 2,55 | 3,73     |
|            | Напиток       | 436     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                     | 150      | 5,17  | 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       |               | 240     | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ         | 110/25   | 31,34 | 172,84       | 10,73 | 8,41 | 12,60    |
|            |               | 394     | ЧАЙ С МОЛОКОМ                        | 150      | 5,22  | 53,07        | 1,98  | 1,67 | 7,42     |
|            | Хлеб          | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ           | 21       | 1,70  | 40,53        | 0,19  | 1,30 | 8,44     |