

Школа

МАДОУ Детский сад №40"Цветик-семицветик"

Отд./кор

День

04.03.2025

| Прием пищи | Раздел | № рец.  | Блюдо                                 | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|---------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |        | 184     | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ                 | 160      | 6,62  | 170,48       | 5,70  | 3,22  | 29,61    |
|            |        | 394     | ЧАЙ С МОЛОКОМ                         | 200      | 4,89  | 60,63        | 1,83  | 1,52  | 9,83     |
|            |        | 3       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                     | 40       | 12,09 | 102,45       | 4,54  | 3,23  | 13,63    |
| II Завтрак |        | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                         | 125      | 18,53 | 55,25        | 0,50  | 0,50  | 12,38    |
| Обед       |        |         | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 65       | 13,76 | 44,65        | 1,02  | 2,10  | 5,43     |
|            |        | 88      | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ   | 185      | 11,66 | 41,97        | 1,21  | 1,73  | 5,10     |
|            |        | 331     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ           | 130      | 4,80  | 171,88       | 5,13  | 2,20  | 32,84    |
|            |        | 277     | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА               | 80       | 50,01 | 165,18       | 12,18 | 11,66 | 2,90     |
|            |        | 402     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ           | 200      | 3,10  | 75,43        | 0,64  | 0,11  | 17,94    |
|            |        | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                  | 44       | 2,58  | 77,52        | 2,58  | 0,30  | 16,11    |
| Ужин       |        | 335     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 130      | 15,11 | 129,23       | 2,81  | 4,40  | 18,73    |
|            |        | 240     | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)  | 80       | 29,86 | 160,40       | 12,46 | 7,15  | 11,51    |
|            |        | 430     | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200      | 1,06  | 29,25        | 0,17  | 0,00  | 7,15     |
|            |        | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 25       | 1,65  | 109,06       | 2,14  | 0,22  | 24,64    |
|            |        | 453     | ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА          | 60       | 11,29 | 183,35       | 3,94  | 3,75  | 39,36    |