

Школа

МАДОУ Детский сад №40"Цветик-семицветик"

Отд./кор

День

20.01.2026

| Прием пищи | Раздел    | № рец.  | Блюдо                                 | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-----------|---------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |           | 184     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ                 | 180      | 10,07 | 195,05       | 7,63  | 4,99  | 29,85    |
|            |           | 430     | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 190      | 0,87  | 27,88        | 0,16  | 0,00  | 6,82     |
|            |           | 3       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                     | 30       | 11,72 | 88,90        | 4,18  | 3,43  | 10,15    |
| II Завтрак |           | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                         | 100      | 14,25 | 44,20        | 0,40  | 0,40  | 9,90     |
| Обед       |           | 51      | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                      | 55       | 6,56  | 31,64        | 0,63  | 1,78  | 3,13     |
|            |           | 94      | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ             | 180      | 3,59  | 63,48        | 1,41  | 1,91  | 10,08    |
|            |           | 335     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                     | 130      | 9,49  | 107,32       | 2,69  | 2,49  | 18,45    |
|            |           | 240     | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)  | 75       | 27,52 | 132,75       | 11,38 | 1,85  | 17,59    |
|            |           | 436     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                      | 180      | 6,75  | 94,50        | 0,18  | 0,00  | 23,13    |
|            |           | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                  | 37       | 2,48  | 77,52        | 2,58  | 0,30  | 16,11    |
| Ужин       | 2-е блюдо | 145     | КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЫ С СМЕТАННЫМ СОУСОМ | 150/30   | 28,48 | 328,80       | 6,73  | 19,36 | 31,78    |
|            |           | 394     | ЧАЙ С МОЛОКОМ                         | 200      | 6,58  | 69,47        | 2,45  | 2,06  | 10,15    |
|            |           | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 44       | 3,38  | 190,94       | 3,75  | 0,38  | 43,13    |