

МДОБУ

д/с "Светлячок"

Отд./корп

День

03 Июля 2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1т	Запеканка из творога	110	87.39	221	22	8	16
	гор.напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	260	6.59	85	1	0	20
	хлеб	Пром	Батон нарезной	10	3.11	26	1	0	5
		Пром	молоко сгущенное с сахаром	10	12.00	33	1	1	6
			Итого	390	109.09	365	24	10	46
Завтрак 2	фрукты	Пром	Апельсин	250	53.33	95	2	1	20
			Итого	250	53.33	95	2	1	20
		9	Нарезка из свежих огурцов	60	3.05	43	1	4	2
	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	30.47	138	6	7	13
	2 блюдо	54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	80	55.27	167	12	12	2
	гарнир	54-21 г	Горошница	110	9.31	150	11	1	25
	сладкое	№4 номер рецептуры:10.86.10.590-002-17840891-2016	Кисель с витаминами "Витошка"	200	9.50	94	0	0	24
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	20	1.20	47	2	0	10
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	20	3.55	39	1	0	8
			Итого	740	112.35	678	32	24	83
Полдник		54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	18.85	101	4	3	13
	гор.напиток	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	5.31	28	0	0	7
		284	Шанежка наливная	50	13.72	130	4	4	21
		Пром	хлеб пшеничный йодированный	10	1.20	23	1	0	5
			Итого	410	39.08	282	9	7	46