

МДОБУ

д/с "Светлячок"

Отд./корп

День

17 Июля 2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-4о	Омлет	115	25.55	242	15	19	2
	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
		54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	5	10.34	18	1	2	0
			Итого	390	45.59	371	18	22	27
Завтрак 2	фрукты	Пром	Яблоко	200	14.29	89	1	1	20
			Итого	200	14.29	89	1	1	20
			Салат из свежих помидор и огурцов		8.54				
	1 блюдо	54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	28.12	110	2	5	13
	2 блюдо	54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	80	34.02	167	12	12	2
	гарнир	54-21 г	Горошница	110	9.31	150	11	1	25
		№4 номер рецептуры:10.86.10.590-002-17840891-2016							
	сладкое		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
Полдник			Итого	680	94.24	607	28	19	81
		54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	15.85	101	4	3	13
	гор.напиток	54-3гн	Чай с сахаром	200	2.27	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	33.04	282	9	7	46