

МДОБУ

д/с "Светлячок"

Отд./корп

День

19 июня 2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-1т	Запеканка из творога	110	99.02	221	22	8	16
	гор.напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	260	10.62	85	1	0	20
	хлеб	Пром	Батон нарезной	10	2.85	26	1	0	5
		Пром	молоко сгущенное с сахаром	10	4.65	33	1	1	6
			сыр порциями		10.50				
			Итого	390	127.64	365	24	10	46
Завтрак 2	фрукты	Пром	Апельсин	250	38.77	95	2	1	20
			Итого	250	38.77	95	2	1	20
		9	Салат из свежих помидор и огурцов	60	25.18	43	1	4	2
	1 блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	34.39	138	6	7	13
	2 блюдо	54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	80	52.27	167	12	12	2
	гарнир	54-21 г	Картофель отварной в молоке	110	16.87	150	11	1	25
	сладкое	Пром	Сок	200	14.67	113	1	0	26
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	20	1.93	47	2	0	10
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	20	3.91	39	1	0	8
			Итого	740	149.22	697	34	25	86
Полдник		54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	150	19.56	101	4	3	13
		54-21гн	Какао с молоком	180	11.94	90	4	3	11
		284	Шанежка наливная	50	8.85	130	4	4	21
		Пром	хлеб пшеничный йодированный	10	1.00	23	1	0	5
			Итого	390	41.35	345	13	10	50