

МДОБУ

д/с "Светлячок"

Отд./корп

День

11 июля 2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-10к	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	180	30.64	256	8	10	35
		54-45гн	Чай с сахаром	180	1.53	19	0	0	5
	хлеб	Пром	Батон нарезной	15	3.18	39	1	0	8
		53-19э	Масло сливочное (порциями)	5	8.75	33	0	4	0
			Итого	380	44.10	347	9	14	47
Завтрак 2	фрукты	Пром	Яблоко	200	14.72	89	1	1	20
			Итого	200	15	89	1	1	20
Обед			Салат из свежих помидор и огурцов		8.54				
	1 блюдо	54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупка рисовая)	200	17.41	117	5	6	11
	2 блюдо	54-16м	Тефтели из говядины с рисом	70	59.11	155	10	10	6
	гарнир	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	10.39	234	8	6	36
		54-3соус	Соус красный основной	10	3.54	7	0	0	1
	сладкое	1/27/2024	Напиток витаминизированный "Витошка"	180	11.25	70	0	0	18
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	20	3.60	47	2	0	10
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	30	1.22	59	2	0	12
			Итого	660	115.06	689	27	23	93
Полдник		54-1т	Запеканка из творога	130	39.54	261	26	9	19
		54-45гн	Чай с сахаром	180	1.53	19	0	0	5
		Пром	молоко сгущенное с сахаром	10	2.33	33	1	1	6
		Пром	хлеб пшеничный йодированный	10	1	23	1	0	5
			Итого	1220	44.62	1200	59	34	167