

МДОБУ

д/с "Светлячок"

Отд./корп

День

10 Июня 2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	180	25.04	224	7	8	31
	гор.напиток	54-13хн	Напиток из шиповника	260	6.59	85	1	0	20
	хлеб	Пром	Батон нарезной	15	3.07	39	1	0	8
		54-6о	Яйцо вареное	40	3.68	57	5	4	0
		53-19э	Масло сливочное (порциями)	5	6.25	33	0	4	0
			Итого	500	44.63	438	13	16	59
Завтрак 2		Пром	Сок	200	15.78	113	1	0	26
			Итого	200	15.78	113	1	0	26
Обед	закуска	88 номер рецептуры:66	Салат из отварной моркови с изюмом	60	6.43	71	1	3	11
	1 блюдо	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	23.52	92	5	6	6
	2 блюдо	54-4м	Котлета	75	28.58	221	14	13	12
	гарнир	54-1г	Макаронны отварные	130	9.25	171	5	4	28
		54-3соус	Соус красный основной	10	2.14	7	0	0	1
	сладкое	1/27/2024	Напиток витаминизированный "Витошка"	200	9.90	78	0	0	19
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	15	1.26	35	1	0	7
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	30	3.92	59	2	0	12
		Итого	720	85.00	734	27	26	97	
Полдник		54-11г	Картофельное пюре	100	17.12	93	2	4	13
		54-10м	Капуста тушеная с мясом	60	36.54	102	7	7	4
		10 номер рецептуры:255	Молоко кипяченое	150	20.52	93	5	5	7
		Пром.	хлеб пшеничный йодированный	20	1.26	47	2	0	10
		Итого	330	75.44	335	15	15	34	