

Детсад

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп

детсад

День

29.05.2023

| Прием пищи           | Раздел        | № рец.  | Блюдо                                  | Выход, г | Цена          | Калорийность   | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------------|---------------|---------|--|----------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак              | горячее блюдо | 508     | Каша гречневая вязкая                  | 200      | 11,2          | 283,00         | 9,16         | 12,88        | 32,60         |
|                      | бутерброд     | 96      | Бутерброд с сыром                      | 5\12\35  | 9,70          | 153,00         | 6,70         | 9,50         | 9,90          |
|                      | напиток       | 513     | Кофейный напиток с молоком             | 200      | 8,84          | 79,00          | 3,20         | 2,70         | 15,90         |
|                      | хлеб          | 114     | Пшеничный                              | 20       | 0,50          | 47,00          | 1,52         | 0,16         | 9,84          |
| 2 завтрак            | напиток       |         | Фито-чай                               | 150      | 0,80          | 72,80          | 0,53         | 0,23         | 17,10         |
|                      |               |         |  |          |               |                |              |              |               |
| Обед                 | 1 блюдо       | 139/488 | Рассольник Ленинградский со сметаной   | 200\8    | 9,32          | 110,00         | 1,84         | 5,40         | 13,29         |
|                      | 2 блюдо       | 386     | Биточек из говядины                    | 70       | 27,30         | 200,20         | 12,46        | 12,25        | 10,01         |
|                      | гарнир        | 428     | Капуста тушёная                        | 100      | 5,50          | 63,00          | 3,70         | 3,60         | 3,90          |
|                      | напиток       | 531     | Компот из кураги и изюма               | 200      | 8,80          | 81,00          | 0,30         | 0,00         | 20,10         |
|                      | хлеб          | 114     | Пшеничный                              | 20       | 0,54          | 47,00          | 1,52         | 0,16         | 9,84          |
|                      | хлеб          | 115     | Ржаной                                 | 20       | 0,50          | 34,80          | 1,32         | 0,24         | 6,68          |
| Полдник              | выпечка       | 65      | Салат картофельный с огурцами солёными | 50       | 6,80          | 48,00          | 0,85         | 2,65         | 5,25          |
|                      | выпечка       | 609     | Печенье сахарное                       | 50       | 6,20          | 208,50         | 3,75         | 4,90         | 37,20         |
|                      | напиток       | 536     | Кисломолочный напиток "Йогурт"         | 200      | 15,00         | 174,00         | 10,00        | 6,40         | 17,00         |
| <b>Итого за день</b> |               |         |  |          | <b>111,00</b> | <b>1601,30</b> | <b>56,85</b> | <b>61,07</b> | <b>208,61</b> |


 Директор:  /Е.А.Овчинникова/