

Детсад

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп

детсад

День

27.12.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|----------------------|--------|-----------------------------|----------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | горячее блюдо | 274 | Каша ячневая вязкая | 200 | 12,35 | 271,20 | 6,40 | 11,40 | 35,80 |
| | бутерброд | 96 | Бутерброд с сыром | 5\12\35 | 11,10 | 153,00 | 6,70 | 9,50 | 9,90 |
| | напиток | 513 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 8,70 | 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 | 539 | Сок фруктовый(яблочный) | 150 | 12,55 | 69,00 | 0,75 | 0,15 | 0,15 |
| Обед | 1 блюдо | 152 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 8,40 | 89,00 | 2,16 | 2,28 | 15,06 |
| | 2 блюдо | 374 | Жаркое по-домашнему | 100 | 20,10 | 172,23 | 11,81 | 10,54 | 7,55 |
| | напиток | 527 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,30 | 110,00 | 0,50 | 0,00 | 27,00 |
| | 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 | Кондитерские изделия | 609 | Печенье сахарное | 50 | 8,20 | 208,50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 |
| | салат | 19 | Салат из моркови | 50 | 6,20 | 79,20 | 0,66 | 6,06 | 5,46 |
| | напиток | 535 | Кефир, йогурт.... | 200 | 13,56 | 100,00 | 5,80 | 5,00 | 8,00 |
| Итого за день | | | | | 107,00 | 1459,93 | 46,09 | 53,09 | 188,38 |

Директор:  Е.А.Овчинникова/