

Детсад МБОУ "Северокоммунарская СОШ" Отд./корп детсад День 03.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	273	Каша пшённая жидкая	200	12,3	283,60	7,80	9,50	35,80
	бутерброд	74\117	Бутерброд с маслом	8\35	8,00	197,00	1,60	16,70	10,00
	напиток	508	Какао с молоком	200	10,20	144,00	3,60	3,30	25,00
	хлеб	114	Пшеничный	20	0,50	47,00	1,52	0,16	9,84
2 завтрак	напиток		Фито-чай	150	0,50	72,80	0,53	0,23	17,10
Обед	1 блюдо	147\488	Щи из свежей капусты со сметаной	200\8	11,20	79,40	1,60	5,18	6,51
	2 блюдо	342	Рыба, припущенная в молоке	70	24,20	90,30	9,38	5,04	2,17
	гарнир	434	Картофельное пюре	150	9,25	138,00	3,15	0,60	16,35
	закуска	118	Овощи свежие в нарезке(огурец)	20	3,90	2,80	0,16	0,02	0,50
	напиток	531	Компот из плодов сушёных(курага,изюм)	200	8,90	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	2 блюдо	307	Омлет натуральный	130	18,65	212,00	11,20	17,40	3,00
	напиток	505	Чай с лимоном	200\8	2,36	61,00	0,10	0,00	15,20
	Итого за день				111,00	1490,70	43,78	58,53	178,09

Директор:  /Е.А.Овчинникова/

