

Детсад

МБОУ "Северокоммунарская СОШ"

Отд./корп **детсад**

День **05.04.2023**

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|---------------|---------|--|----------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | горячее блюдо | 258 | Каша перловая вязкая | 200 | 10,51 | 272,20 | 7,30 | 11,90 | 34,00 |
| | бутерброд | 74\117 | Бутерброд с маслом | 8\35 | 8,00 | 197,00 | 1,60 | 16,70 | 10,00 |
| | 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 | 10,25 | 69,00 | 0,75 | 0,15 | 0,15 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | 1 блюдо | 148/488 | Суп из сборных овощей со сметаной | 200\8 | 9,56 | 105,40 | 3,14 | 4,72 | 12,51 |
| | 2 блюдо | 386 | Шницель из говядины | 70 | 27,30 | 200,20 | 12,46 | 12,25 | 10,01 |
| | гарнир | 243\444 | Каша гречневая рассыпчатая с соусом молочным | 100\40 | 9,25 | 213,38 | 7,07 | 8,01 | 28,26 |
| | напиток | 531 | Компот из плодов сушёных(чернослив,курага) | 200 | 5,84 | 81,00 | 0,30 | 0,00 | 20,10 |
| | хлеб | 114 | Пшеничный | 40 | 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 | 556 | Оладьи с повидлом | 115 | 8,90 | 310,15 | 8,29 | 8,50 | 50,04 |
| | напиток | 534 | Молоко кипячёное | 200 | 11,15 | 106,00 | 5,80 | 5,00 | 9,60 |
| Итого за день | | | | | 111,00 | 1762,13 | 54,27 | 70,49 | 216,93 |

Директор: *Е.А.Овчинникова* /Е.А.Овчинникова/

