ДОУ МКДОУ Чернышковскийдетский сад №1 Солнышко Отд./корп

День 10.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		206	Макароны отварные с сыром	150		235,72	8,66	6,35	34,87
		395	Кофейный напиток с молоком	180		88,32	3,10	3,27	12,68
		1	Бутерброд с маслом	40		139,60	2,42	7,52	15,13
Завтрак 2									
			Сок фруктовый (консервированный)	187		72,00	0,90	0,00	17,00
Обед			Овощи по сезону (огурцы соленые, капуста квашеная)	60		8,10	0,50	0,10	1,50
		67	Щи из свежей капусты скартофелем	200		118,69	2,58	5,44	13,56
		302	Птица тушеная в соусе с овощами	230		337,15	19,57	18,06	22,57
		376	Компот из сушеных фруктов	180		43,71	0,15	0,00	11,34
			Хлеб ржаной	38		65,20	2,50	0,40	12,90
			Хлеб пшеничный	25		48,80	2,05	0,35	9,03
полдник									
		233	Сырники с морковью	90		304,09	18,63	14,52	23,82
		354	Соус сметанный	30		24,44	0,49	1,08	2,28
		401	Кисломолочный продукт (кефир, снежок)	180		90,00	5,22	4,50	7,20