ДОУ МКДОУ Чернышковскийдетский сад №1 Солнышко Отд./корп День 12.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		185	Каша жидкая (пшенная) с молоком и маслом	200		163,34	7,94	8,06	32,12
		392	чай с сахаром	180		30,32	0,14	0,03	8,00
		3	Бутерброд с сыром	45		142,50	4,68	6,79	15,06
Завтрак 2									
			Апельсин	130		52,00	1,16	0,26	10,52
Обед			Овощи по сезону (капуста квашеная, огурцы соленые)	60		8,10	0,50	0,10	1,50
		76	Рассольник ленинградский	200		120,70	1,81	5,27	13,37
		249	Рыба запеченная в омлете	80		158,34	23,27	6,88	2,71
		321	Пюре картофельное	150		129,11	2,76	3,23	18,82
		383	Кисель из повидла	180		56,68	0,01	0,00	15,93
			Хлеб ржаной	38		65,20	2,50	0,40	12,90
			Хлеб пшеничный	30		73,50	2,34	0,27	15,00
полдник		240	Пудинг из творога с яблоками	100		193,34	14,15	10,72	12,08
		401	Кисломолочный продукт (кефир, снежок)	180		90,00	5,22	4,50	7,20