

«Детский сад № 28 «Мишутка»
ст. Незлобная»
С.Ю.Шахлевич

На 20 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	180/2,0	5,17	4,69	16,95	130,7
		150/1,5	4,31	3,91	14,13	108,70
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Кофейный напиток с молоком 2,5% (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые в заливке с зеленью)	55	0,40	0,03	0,85	6,50
		33	0,24	0,051	0,51	3,90
	Суп картофельный с купой рисовой	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	130	13,76	7,56	21,41	208,76
		110	11,01	6,05	17,13	167,01
	Соус молочный для запекания №466	70	7,46	5,28	33,49	211,25
		50	6,31	4,47	28,34	178,75
	Кисель из повидла	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,07	0	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Омлет натуральный (масло сливочное «Крестьянское» 72,5% жирн.)	80/5	7,52	13,46	1,51	157,00
		60/3	5,73	11,04	1,10	127,00
	Кондитерские изделия (вафли)	30	2,25	2,94	22,32	125,1
		15	1,12	1,47	11,16	62,50
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Ряженка 2,5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
		Итого за день	1434	47,19	51,50	154,55
1155			37,98	40,10	171,41	940,10