

Утверждаю
Председатель МКДОУ: д.т.н. Т.М. Прозина

17 апреля 2025 год

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	35/5 40/5	2,75/ 3,13	4,68/ 4,83	17,5/ 19,99	124,8/ 137,9
Омлет натуральный	120/ 120	10,42/ 10,42	11,81/ 11,81	3,96/ 3,96	179,92/ 179,92
Чай с сахаром	150/ 180	0	0	8,98/ 11,8	30,0/ 43,0
Итого:					334,72/ 360,82
Второй завтрак					
Сок	100/ 100	0,5/ 0,5	0	9,1/ 9,1	38,0/ 38,0
Обед					
Икра кабачковая	25/ 25	0	1,75/ 1,75	1,75/ 1,75	22,5/ 22,5
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	180/ 200	4,3/ 6,5	3,9/ 5,2	17,51/ 22,09	105,6/ 150,0
Плов с мясом курицы	150/ 180	7,74/ 8,26	10,38/ 11,07	19,66/ 20,97	239,2/ 255,15
Напиток из шиповника	150/ 180	0,18/ 0,24	0,08/ 0,1	13,75/ 18,33	75,0/ 100,0
Хлеб ржаной	30/ 40	1,98/ 2,64	0,36/ 0,48	10,26/ 13,68	54,3/ 72,4
Итого:					496,6/ 600,05
Полдник					
Булочка домашняя	70/ 70	4,33/ 4,33	8,26/ 8,26	28,73/ 28,73	155,5/ 155,5
Ряженка	105/ 105	3,15/ 3,15	3,36/ 3,36	4,41/ 4,41	60,9/ 60,9
Итого:					216,4/ 216,4
Итого за день:					1085,72/ 1215,27