

МДОБУ

д/с "Буратино"

Отд./корп

День

15.05.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                     | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|-------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-29к  | Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес" | 180      | 21,79  | 237          | 7     | 10   | 29       |
|            | гор.напиток | 54-23гн | Кофейный напиток с молоком                | 185      | 10,96  | 80           | 4     | 3    | 10       |
|            | хлеб        | Пром    | Батон нарезной                            | 30       | 3,89   | 79           | 2     | 1    | 15       |
|            |             | Пром    | молоко сгущенное с сахаром                | 5        | 12,22  | 16           | 0     | 0    | 3        |
|            |             |         | Итого                                     | 400      | 48,86  | 411          | 14    | 14   | 58       |
| Завтрак 2  |             | Пром    | Йогурт                                    | 200      | 42,75  | 116          | 7     | 5    | 11       |
|            |             |         | Итого                                     | 200      | 43     | 116          | 7     | 5    | 11       |
| Обед       | закуска     | 95      | Салат из отварной моркови и яблок         | 40       | 6,97   | 37           | 1     | 2    | 3        |
|            | 1 блюдо     | 54-5с   | Суп из овощей с фрикадельками мясными     | 200      | 56,38  | 145          | 9     | 6    | 14       |
|            | 2 блюдо     | 54-18м  | Печень говяжья по-строгановски            | 80       | 31,39  | 189          | 13    | 13   | 5        |
|            | гарнир      | 54-6г   | Рис отварной                              | 130      | 12,69  | 176          | 3     | 4    | 32       |
|            | сладкое     | 54-1хн  | Компот из смеси сухофруктов               | 200      | 5,96   | 81           | 1     | 0    | 20       |
|            | хлеб черн.  | Пром    | хлеб ржано- пшеничный йодированный        | 68       | 4,00   | 133          | 5     | 1    | 27       |
|            |             |         | Итого                                     | 718      | 117,39 | 761          | 31    | 26   | 101      |
| Полдник    |             | 54-3г   | Макароны отварные с сыром                 | 150      | 20,77  | 208          | 8     | 7    | 29       |
|            |             | пром    | пряники                                   | 71       | 10,70  |              |       |      |          |
|            |             | 54-22хн | Кисель из вишни                           | 200      | 11,78  | 53           | 0     | 0    | 13       |
|            |             |         | Итого                                     | 421      | 43,25  | 261          | 8     | 7    | 42       |