

На 21 апреля 2025 год

Утверждено Заведующий МДОУ "Детский сад №17 "Журавушка" ст. Лысогорской"
 Н.И. Бухтоярова

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сал/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1\40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1\40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Бутерброд с повидлом	20\15\5	2,62	3,42	29,53	159,27
		15\10\5	1,96	2,56	22,14	119,45
	Икра кабачковая пром.произ- ва	49	0,60	2,35	3,85	39,00
	Икра свекольная или моркованая	30	0,70	1,38	3,70	30,03
	Чай с сахаром	200\11	0,07	0,02	11,10	44,40
		150\10	0,06	0,02	9,99	40,00
2 завтрак	Флоды свежие или сок фруктовый	100	0,40	0,40	9,80	44,00
		100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой (перловой)	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Биточки рубленные из птицы	70	12,49	2,57	6,18	98,00
		50	8,93	1,84	4,41	70,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,76	3,65	22,85	143,40
		110	4,03	3,09	19,33	121,30
	Овощи натуральные соленные (помидоры)	40	0,40	0,05	0,85	6,50
		30	0,24	0,03	0,51	3,90
	Компот из свежих плодoв (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,90	60,60
ПОЛДНИК	Булочка "Домашняя"	80	6,00	10,56	48,72	313,60
		60	4,50	7,92	36,54	235,20
	Какао с молоком 2,5 % жирности(1 вариант)	200	3,67	3,19	15,82	107,00
		180	3,15	2,72	12,96	89,00
	Всего за день	1420,75	25,02	27,36	170,15	1028,14
		1188,25	20,25	22,10	131,84	807,71