

На 19 мая 2025 год

Утверждаю Заведующий МДОУ "Детский сад №17 "Журавушка" Ст. Лысогорской" И.И. Беляева

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	46	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	Плоды свежие или сок фруктовый	90	0,40	0,40	9,80	44,00
		90	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 рубленые 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 соленые (огурцы)	43	0,40	0,05	0,85	6,50
		30	0,24	0,03	0,51	3,90
	Компот из свежих плодов (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	40	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	1263,34
		1178,25	20,25	22,10	131,84	1042,91