

10.09.2025

Красногвардейск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

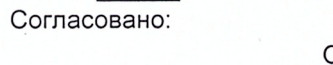
№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
853	Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая	170	6,39	6	34,94	223,8
808	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Завтрак		400	7,97	15	54,07	421,7
<u>Завтрак 2</u>						
707	Сок натуральный	100			11,2	47,5
Итого за Завтрак 2		100			11,2	47,5
<u>Обед</u>						
835	Помидоры порционно	50	0,55		6,88	61,9
1 665	Суп картофельный с крупой с мясом	180	1,31	2	10,73	63,4
661,04	Котлета Домашняя @	70	9,33	8		199,3
905	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,42	1	1,43	18,2
516	Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,5	4	32,82	189,3
930,1	Напиток Ягодка	180	0,19		24,05	99
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		670	20,62	16	95,37	731,3
<u>Полдник</u>						
769,12	Булочка домашняя	50	3,78	6	30,93	197
916	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1
Итого за Полдник		250	4,01	6	59,82	315,1
Итого за день		1 420	32,6	37	220,46	1 515,6



11.09.2025

Красногвардейск ДОУ 3-7 л 210,58 руб

№ п/п	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
972	Омлет натуральный	165	12,2	11	14,05	242,3
810	Бутерброд с сыром	35	4,89	4	16,45	142,3
854,01	Чай с шиповником	200			11,18	60
Итого за Завтрак		400	17,09	15	41,68	444,6
<u>Завтрак 2</u>						
701,01	Напиток яблочный @	100	0,05		13,2	53,8
Итого за Завтрак 2		100	0,05		13,2	53,8
<u>Обед</u>						
818	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	50	0,88	3	4,96	46,8
1 639,02	Суп с вермишелью и мясом кур @	180	1,74	2	12,55	72,6
401	Пудинг рыбный (паровой) с маслом	70	9,1	7	4,03	118,1
512	Рис припущенный	130	3,12	5	32,11	191
1 802	Компот из яблок и ягод	180	0,03		3,31	13,8
894,01	Хлеб пшеничный.	20	1,62		9,76	48,4
1 147	Хлеб ржаной.	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		650	18,19	18	76,42	542,5
<u>Полдник</u>						
1 141,07	Печенье детское (конд изд) 50	50	3,38	4	23,75	185
828	Чай с сахаром @	200			10,97	59,9
Итого за Полдник		250	3,38	4	34,72	244,9
Итого за день		1 400	38,71	37	166,02	1 285,5



12.09.2025

Красногурьинск ДОУ 3-7 л 210,58 руб