

ЗАВ.МБДОУ"ДСН№28"  
СРЕДА

И.В.Обертос



Завтрак:	ВЫХОД	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	Ккал
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	160	6,50	27,39	188,19
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	7,31	30,81	211,71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	2,09	14,78	89,02
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	180	2,51	17,74	106,82
Второй завтрак:	15	1,12	7,71	39,75
ЯБЛОКО	20	1,50	10,28	53,00
Обед:	5	0,05	0,07	33,10
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАН.	6	0,06	0,08	39,60
СУФЛЕ ИЗ КУР	85	0,34	8,33	39,95
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	85	0,34	8,33	39,95
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	1,22	6,92	71,11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	1,37	7,79	80,00
Уплотнённый полдник:	70	24,03	1,63	352,76
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95	32,60	2,20	478,74
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВОГО КОНЦЕНТР.	100	2,13	15,53	106,97
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	116	2,47	18,01	124,09
	150	0,23	15,08	60,75
	180	0,27	18,09	72,90
	20	1,32	8,20	40,00
	45	2,97	18,45	90,00
Итого за день:	80	15,58	15,52	182,52
	90	17,53	17,46	205,33
	150	1,02	21,77	87,14
	180	1,22	26,12	104,57
		54,24	142,93	1291,26
		68,59	175,36	1606,71

СТОИМОСТЬ 130 / 150 РУБЛЕЙ

МЕДСЕСТРА  
КАЛЬКУЛЯТОР

М.А.Чурбанова  
Ю.Ю.Семенова