

И.О.ЗАВ.МБДОУ"ДСН№28"

Е.В.Мухитдинова

ПЯТНИЦА

14.03.25г.

Завтрак:	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	Ккал
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	60	2,18	2,18	18,00	105,53
РАССЫПЧАТАЯ	140	4,46	4,46	6,56	82,13
С МОЛОКОМ КИПЯЧЕНЫМ	60	2,18	2,18	18,00	105,53
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	4,47	5,10	7,50	93,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	2,09	2,39	14,78	89,02
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	180	2,51	2,87	17,74	106,82
Второй завтрак:	15	1,13	0,44	7,71	39,75
	25	1,88	0,73	12,85	66,25
	5	0,05	3,63	0,07	33,10
	7	0,07	5,08	0,09	46,20
Сок фруктов	120			12,00	54,00
Обед:	140			14,00	63,00
СУП КАРТОФ. С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ КУР	160	1,81	1,83	13,93	79,42
ТЕФТЕЛИ С МЯСОМ КУР С РИСОМ	180	2,03	2,06	15,67	89,34
СОУС СМЕТАННО - ТОМАТНЫЙ	140	23,56	26,75	10,88	378,56
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160	26,93	30,58	12,43	432,64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,78	6,85	4,25	86,00
Уплотнённый полдник:	50	2,09	8,06	5,00	101,18
	150	0,42		20,92	85,34
	180	0,50		25,10	102,41
	20	1,32	0,22	8,20	40,00
	45	2,97	0,50	18,45	90,00
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90	10,92	3,74	17,89	148,86
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВОГО КОНЦЕНТРА	90	10,92	3,74	17,89	148,86
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	150	1,02		21,77	87,14
	180	1,22		26,12	104,57
		27,95	25,74	146,08	930,29
		32,16	30,32	178,41	1118,01

СТОИМОСТЬ 130 / 150 РУБЛЕЙ

МЕДСЕСТРА
КАЛЬКУЛЯТОРМ.А.Чурбанова
Ю.Ю.Семенова