

Детский сад	МДОУ детский сад "Берёзка" пос. им.М.Горького			
		Ясли/Сад		
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки	Жиры
Завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	150/180	4.86	6.04
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98	0.27
	Масло сливочное	5/7	0.06	3.08
	Кофейный напиток на молоке	150/180	3.6	3.96
Завтрак2	Сок фруктовый	150/180	0.75	0.15
Обед	Томаты свежи в растительном масле	30/50	1.35	2.100
	Щи со сметаной	150/200	1.21	0.71
	Гуляш из отварного мяса в молочно сметанном соусе	60/80	9.3	7.99
	Каша гречневая рассыпчатая	110/130	2.93	3.36
	Компот из сухофруктов	150/180	0.07	0
	Хлеб ржаной	30/40	1.08	0.27
Полдник	Салат летний	30/50	0.834	2.161
	Чай с сахаром	150/180	0.09	0.02
	Хлеб ржаной	30/40	1.08	0.27

День 05.03.2025

Углеводы элорийность

24.964	174.49
11.4	59.7
0.08	28.3
12.46	100.82
15.15	69
5.89	46.65
5.39	33.61
2.29	118.5
13.17	95.67
8.56	33.66
9.36	44.55
1.967	31.852
6.76	27.53
9.36	44.55