

|             |                                        |           |       |
|-------------|----------------------------------------|-----------|-------|
| Детский сад | МДОУ детский сад "Б.д.Сергеиха         |           |       |
|             |                                        | Ясли/Сад  |       |
| Прием пищи  | Блюдо                                  | Выход, гр | Белки |
| Завтрак     | Каша манная молочная жидкая            | 150/200   | 2.90  |
|             | Масло сливочное                        | 5/7       | 0.06  |
|             | Хлеб пшеничный                         | 30/40     | 1.98  |
|             | Кофейный напиток на молоке             | 150/180   | 3.6   |
| Завтрак2    | Сок фруктовый                          | 150/180   | 0.75  |
| Обед        | Салат из огурцов с растительным маслом | 30/50     | 0.22  |
|             | Суп из овощей                          | 150/200   | 4.79  |
|             | Фрикадельки мясные                     | 50/70     | 8.36  |
|             | Макаронные изделия отварные с маслом   | 110/130   | 4.27  |
|             | Кисель                                 | 150/180   | 0     |
|             | Хлеб ржаной                            | 30/40     | 1.08  |
| Полдник     | Винегрет с растительным маслом         | 30/50     | 0.88  |
|             | Хлеб пшеничный                         | 30/40     | 1.98  |
|             | Чай сладкий с лимоном                  | 150/180   | 0.15  |

День 4/14/2024

| Жиры | Углеводы | Калорийность |
|------|----------|--------------|
| 3.58 | 14.28    | 101.41       |
| 3.08 | 0.08     | 28.3         |
| 0.27 | 11.4     | 59.7         |
| 3.96 | 12.46    | 100.82       |
| 0.15 | 15.15    | 69           |
| 2.13 | 0.68     | 22.66        |
| 5.59 | 8.75     | 104.18       |
| 6.86 | 2.66     | 106.58       |
| 2.44 | 29.19    | 143.65       |
| 0    | 0        | 0            |
| 0.27 | 9.36     | 44.55        |
| 1.58 | 3.79     | 32.89        |
| 0.27 | 11.4     | 59.7         |
| 0.03 | 6.96     | 29.83        |