

Детский сад	МДОУ детский сад "Берёзка" пос. им.М.Горького		
		Ясли/Сад	
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки
Завтрак	Омлет натуральный	130/150	10.57
	Огурец свежий	30/50	0.24
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98
	Масло сливочное	5/7	0.06
	Какао с молоком	150/180	3.15
Завтрак2	Яблоко	95/100	0.86
Обед	Салат из свеклы	30/50	0.43
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150/200	4.51
	Фрикадельки из птицы или кролика	50/70	7.79
	Рис отварной с овощами	110/130	2.78
	Компот из свежих фруктов	150/180	0.052
	Хлеб ржаной	30/40	1.08
Полдник	Ватрушка с творогом	70/80	7.72
	Молоко стерилизованное	150/180	4.35

День 20.03.2025

Жиры	Углеводы	Калорийность
12.38	4.2	170.92
0.03	0.75	4.2
0.27	11.4	59.7
3.08	0.08	28.3
3.46	9.81	83.86
0.19	7.7	40.85
1.83	2.51	28.15
3.24	11.41	93.55
7.26	5.06	116.88
3.64	21.89	131.88
0.052	7.168	29.84
0.27	9.36	44.55
7.81	25.86	206.92
4.8	7.05	90