

Детский сад	МДОУ детский сад "Берёзка" пос. им.М.Горького		
		Ясли/Сад	
Прием пищи	Блюдо	Выход, гр	Белки
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	150/180	5.04
	Хлеб пшеничный	30/40	1.98
	Масло сливочное	5/7	0.06
	Сыр порционный	15/15	0
	Кофейный напиток с молоком	150/180	3.6
Завтрак2	Сок фруктовый	150/180	0.75
Обед	Салат из свежих овощей с растительным маслом	30/50	0.74
	Суп рыбный из консервов	150/200	1.5
	Мясо отварное тушеное с картофелем	160/200	14.78
	Компот из сухофруктов	150/180	0.78
	Хлеб ржаной	30/40	1.08
Полдник	Пирожок с яблоком	70/80	4.79
	Чай с сахаром	150/180	0.09

День	31.03.2025
------	------------

Жиры	Углеводы	алорийность
------	----------	-------------

6.87	18.344	156.24
------	--------	--------

0.27	11.4	59.7
------	------	------

3.08	0.08	28.3
------	------	------

0	0	0
---	---	---

3.96	12.46	100.82
------	-------	--------

0.15	15.15	69
------	-------	----

2.12	3.21	34.35
------	------	-------

0.35	11.77	56.46
------	-------	-------

14.21	16.03	251.42
-------	-------	--------

0.04	13.638	58.74
------	--------	-------

0.27	9.36	44.55
------	------	-------

7.36	30.21	209.32
------	-------	--------

0.02	6.76	27.53
------	------	-------

