

|             |                                               |           |       |
|-------------|-----------------------------------------------|-----------|-------|
| Детский сад | МДОУ детский сад "Берёзка" пос. им.М.Горького |           |       |
|             |                                               | Ясли/Сад  |       |
| Прием пищи  | Блюдо                                         | Выход, гр | Белки |
| Завтрак     | Суп молочный с макаронными изделиями          | 150/200   | 5.01  |
|             | Масло сливочное                               | 5/7       | 0.06  |
|             | Сыр порционный                                | 15/15     | 0     |
|             | Хлеб пшеничный                                | 30/40     | 1.98  |
|             | Кофейный напиток на молоке                    | 150/180   | 3.6   |
| Завтрак2    | Яблоко                                        | 95/100    | 0.38  |
| Обед        | Салат витаминный с растительным маслом        | 30/50     | 0.33  |
|             | Борщ на мясном бульоне со сметаной            | 150/200   | 4.07  |
|             | Тефтели из рыбы                               | 50/70     | 6.45  |
|             | Пюре картофельное                             | 110/130   | 2.55  |
|             | Компот из сухофруктов                         | 150/180   | 0.78  |
|             | Хлеб ржаной                                   | 30/40     | 1.08  |
| Полдник     | Печенье                                       | 50/75     | 3.7   |
|             | Кисломолочный напиток с сахаром               | 150/180   | 4.36  |

День 03.06.2025

| Жиры | Углеводы | Калорийность |
|------|----------|--------------|
| 6.23 | 18.784   | 151.99       |
| 3.08 | 0.08     | 28.3         |
| 0    | 0        | 0            |
| 0.27 | 11.4     | 59.7         |
| 3.96 | 12.46    | 100.82       |
| 0.38 | 8.55     | 40.85        |
| 2.15 | 2.3      | 30.31        |
| 3.11 | 6.13     | 69.30        |
| 2.47 | 6.24     | 74.16        |
| 3    | 14.68    | 96.29        |
| 0.04 | 13.638   | 58.74        |
| 0.27 | 9.36     | 44.55        |
| 4.7  | 36.55    | 203.5        |
| 1.46 | 8.814    | 70.17        |