

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
	Кофейный напиток на молоке	150/180	3.6
Завтрак2	Яблоко	95/100	0.86
Обед	Салат из капусты и моркови	30/50	0.49
	Суп рыбный	150/200	5.69
	Плов из отворной говядины	160/200	13.9
	Компот из сухофруктов	150/180	0.78
	Хлеб ржаной	30/40	1.08
Полдник	Ватрушка с творогом	70/80	4.5
	Молоко стерилизованное	150/180	4.35

День 21.07.2025

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
3.96	12.46	100.82
0.19	7.7	42.75
2.12	1.46	27.28
0.42	8.31	59.92
7.73	33.93	261.11
0.04	13.638	58.74
0.27	9.36	44.55
2.03	27.45	145.99
4.8	7.05	90