

31.03.2025г

МДОУ «Детский сад №172»
М.А.Сабаева М.А.**1 неделя День первый**

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
Завтрак 1				
Масло сливочное	8	59.2	10	74
Печенье	25	24.43	25	24.43
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150/5	227	180/5	276.3
Чай с сахаром и молоком	150	74,16	180	89,00
Итого:	338	384,79	400	463,73
Завтрак 2				
Сок	150	63.3	180	76
Итого:	150	63.3	180	76
Обед				
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	150	78.48	200	104.64
Каша гречневая рассыпчатая	110	183.1	130	216.4
Гуляш из отварного мяса	60	112.2	70	130.90
Напиток из ягод с/м	150	73.91	180	88.7
Хлеб ржаной	35	74.35	45	95.6
Итого:	505	522.04	625	636.24
Уплотненный полдник				
Омлет натуральный с зеленым горошком	130/15	232.67	150/15	268
Сыр порционный	10	36	10	36
Чай с низким содержанием сахара	150	31.57	180	37.89
Хлеб пшеничный	25	59.1	30	71
Итого:	330	359.4	385	412.89
Итого за первый день:	1323	1329.56	1590	1588,86