

Ежедневное меню

ДОО	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 98 компенсирующего вида» г.Сыктывкара							Дата	24.12.2024
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	230	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,96	181	5	6	26
	Напиток	462	Какао с молоком	200	4,55	94	3	3	14
	Прочее	69	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40,6	6,58	140	3	5	20
	Прочее	75	Сыр порционный	10	5,34	36	2	3	
Завтрак 2	Напиток	501	Сок	100	4,30	48	1		11
Обед	Салат	26	Салат из свеклы с растительным маслом	60	2,92	55	1	4	5
	1 блюдо	104,90	Щи из свежей капусты с картофелем (мясокостный бульон)	200	18,57	114	7	7	5
	2 блюдо	307	Котлеты рыбные	75	21,56	97	9	1	12
	2 блюдо	386	Рис припущенный	130	8,79	153	3	5	25
	Соус	112	Соус молочный	100	4,19	90	4	3	5
	Прочее		Хлеб ржаной	50	2,97	115	4	1	24
	Напиток	495	Компот из смеси сухофруктов	200	1,94	84	1		20
Полдник	Напиток	470	Кефир	200	13,99	101	6	5	8
	Выпечка	538	Шанежка наливная	50	7,41	130	4	3	21
	Фрукты	82	Яблоки	100	8,90	44			10
Ужин	2 блюдо	268	Омлет натуральный	80	22,25	105	7	8	2
	2 блюдо	380	Капуста Тушеная	130	11,37	94	3	4	10
	Прочее	420	Хлеб пшеничный	40	2,09	100	3		20
	Напиток	457	Чай с сахаром	200	0,68	38			9