



МЕРИД 3 день.

Период 3-7 лет

2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн. скал
Завтрак		11,34	12,57	49,68	373,70
Для бутерброда:					
масло сливочное 72,5%	5,00	0,10	3,60	0,10	33,10
Повидло	10,00	0,00	0,00	6,30	25,20
батон Особый	18,00	1,40	0,20	8,10	40,50
Омлет натуральный	150	6,85	6,20	15,02	152,30
Кофейный напиток с молоком	200	2,10	2,40	10,90	78,40
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0,89	0,17	9,26	44,20
Второй завтрак		0,43	0,09	13,60	59,55
Напиток из сухофруктов	180	0,43	0,09	13,6	59,55
Обед		20,05	26,56	89,92	691,55
Икра кабачковая	60	0,60	3,50	3,70	48,50
Щи из свежей капусты с грибами, сметаной	180	5,20	5,70	22,58	191,14
Гречка по-купечески	150	12,01	16,9	35,93	323,01
Напиток из вишни	180	0,23	0,07	6,87	29,45
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	0,89	0,17	9,26	44,20
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	1,12	0,22	11,58	55,25
Полдник		8,48	8,69	38,29	276,43
Булочка ванильная	50	8,45	8,69	33,21	256
Чай с сахаром и лимоном	200	0,03	0,00	5,08	20,43
Итого:		40,30	47,91	191,49	1401,23

Зав. Столовой

Мен. Работник