



МЕРНО 18 день

Дети с 3-7 лет

30 10 2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав			
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал
Завтрак		11,69	12,57	50,07	377,84
Для бутерброда:					
масло сливочное 72,5%	5,00	0,10	3,60	0,10	33,10
Сыр Сулугуни	8,00	2,00	2,20	0,00	21,60
батон Особый	18,00	1,40	0,20	8,10	40,50
Каша молочная шпешенная	180	1,40	0,20	8,10	40,50
Кисело с молоком	180	3,10	2,50	13,69	72,14
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20,00	0,89	0,17	9,26	44,20
Второй завтрак		0,33	0,01	12,45	66,49
Напиток из сухофруктов	180	0,33	0,01	12,45	66,49
Обед		22	24,28	87,01	657,62
Яйцо отварное	40	5,20	4,80	4,50	62,80
Суп - лапша с птицей	180	5,02	7,35	25,93	188,19
Рагу с мясом	180	9,63	11,69	28,98	277,34
Напиток из красной смородины	200	0,14	0,05	6,76	29,84
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	20	0,89	0,17	9,26	44,20
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	1,12	0,22	11,58	55,25
Полдник		8,22	10,37	40,69	267,45
Сдоба обыкновенная	50	8,02	10,32	35,63	245,98
Чай с сахаром	200	0,2	0,05	5,06	21,47
того:		42,24	47,23	19,22	1369,40

Зна. Столовой

Mea. Paßornik