

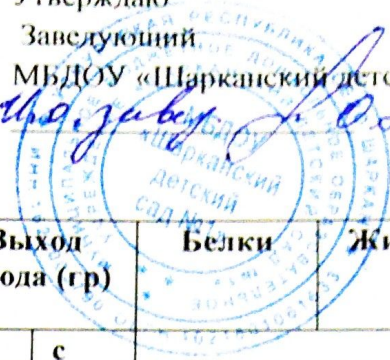
Утверждаю

Заведующий

МБДОУ «Шарканский детский сад №1»

И. В. Тарасов

Дата: 07 июля 2025 год



Наименование	Выход блюда (гр)		Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
1 день						
Завтрак	я	с				
Суп молочный с мак.изд.	180	200	5,18 5,76	4,70 5,220	16,95 18,840	130,85 145,380
Хлеб пшеничный	20	30	1,50 2,30	0,58 0,87	10,28 15,42	52,34 78,51
Чай с сахаром	150	180	0,00 0,00	0,00 0,00	7,10 10,20	28,40 40,80
2 завтрак						
Сок (в инд.упаковке)	200		0,0 0,0	0,0 0,0	31,8 31,8	127,2 127,2
Обед						
Салат Космос	30	50	1,76 2,94	4,37 7,31	1,73 2,88	53,72 89,53
Рассольник Ленинградский со сметаной	150/ 5	180/ 8	1,39 1,72	3,83 4,89	10,14 12,24	80,55 99,85
Макаронные изделия отварные	100	130	5,68 9,84	4,36 6,02	27,25 47,20	170,96 282,35
Гуляш из отварного мяса (соус 30/40)	50	70	6,43 9,03	5,17 7,13	1,65 2,29	78,84 109,45
Компот из кураги	150	180	0,33 0,40	0,015 0,2	20,82 24,98	84,74 101,68
Хлеб пшеничный	20	20	1,584 1,58	0,58 0,58	10,5361 0,54	52,34 52,34
Хлеб ржаной	30	40	2,38 3,168	0,40 0,53	15,80 21,072	101,71 101,71
Полдник						
Шаньга сырная	70	70	4,46 4,46	2,98 2,98	44,12 44,12	222,0 222,0
Молоко кипяченое	150	180	4,31 5,20	3,48 4,18	2,28 6,90	76,16 91,54
Цена на одного ребенка: 3-7 лет 2-3 лет						149-89