

Неделя: первая, день ПОНЕДЕЛЬНИК

05.05.2025 г. Сем

Неделя: первая, день ПОНЕДЕЛЬНИК												
№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг		
			Б	Ж	У		Ca	Fe	B1	B2	C	
	ЗАВТРАК											
204	Вармишель отварная	130	2.69	0.39	14.53	72.38	3.49	0.57	0.042	0.014	0	
213	Яйцо варенное 1шт	40	5.08	4.6	0.28	63	23	0.59	0.02	0.1	0.01	
	Хлеб пшеничный с маслом крестьянским сладко-сливочным МДЖ 72,5%	30\7	2.45	7.55	14.62	136	9.3	0.62	0.05	0.03	0	
396	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150	2.15	1.46	15.49	84	95.5	0.06	0.015	0.06	0.285	
	Итого:	357	12.37	14	44.92	355.38	131.29	1.84	0.127	0.204	0.295	
	2-й ЗАВТРАК											
	Сок фруктово-ягодный (1шт)	100										
	ОБЕД											
57	Борщ со свежей капустой	150	1.3	3.25	7.71	61	25.11	0.56	0.03	0.03	6.48	
300	биточки рыбные	60	5.94	3.42	0.04	61	18.6	0.4	0.05	0.04	1.13	
56	Картофельное пюре	120	2.51	3.67	14.01	125.18	12.12	1.001	0.13	0.08	18.2	
376	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.015	0.51	84.75	23.86	0.936	0.002	0.005	0.3	
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.07	69	6.9	0.57	0.048	0	0	
	Хлеб отрубной	30	1.98	0.36	10.59	54	8.4	1.08	0.069	0	0	
	Итого:	540	28.65	10.985	46.93	454.93	94.99	4.547	0.329	0.155	26.11	
	ПОЛДНИК											
235	Печенье 1 (шт)	50	2.8	4	28	283.7	76.46	0.606	0.046	0.04	0.046	
400	Молоко кипяченное	150	3.15	2.72	0.49	89	114.7	0.41	0.04	0.14	1.2	
	Итого:	200	39.27	6.72	28.49	372.7	191.16	1.016	0.086	0.18	1.246	
	Всего:		80.29	31.705	120.34	1183.01	417.44	7.403	0.542	0.539	27.651	



МДОУ
с/г 2518
КОПИЯ ВЕРНА
входящий ТБ
Бурякова