

детский сад

МАДОУ "Детский сад № 9 "Теремок"

1 и 2 корпус

среда

День

09 октября 2024

прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Витамин С
Завтрак	66	каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"	120/180	5,1/7,6	6,6/9,9	25,3/37,9	132/198	0
	19	бутерброд с маслом	30/5	5.8	12.4	13.4	191	0
	126	кофейный напиток витаминизированный на молоке	150/180	3,4/4,1	3,9/4,5	16,1/19,3	109/131	0,3/0,5
Завтрак 2		фрукты свежие	100	1.5	0.5	21	96	10,5/15,8
Обед	43	суп с клецками на курином бульоне	150/250	3,8/6,4	1,3/2,2	12,7/21,1	86/143	3,2/5,3
	108/59	курица отварная с тушеной свеклой	150/210	11,8/23,6	12,0/23,9	10,4/20,7	185/370	2,1/3,3
	122	компот из сухофруктов	150/180	0,3/0,5	0	16,7/25,1	68/102	0,4/0,6
		хлеб пшеничный	40	3	0.4	19.9	90	0.00
		хлеб ржаной	15/20	0,8/1,1	0,1/0,2	4,8/6,4	29/38	0.00
Полдник	83	сырники творожные запеченные	50/70	29,9/41,9	18,5/25,8	27,8/38,9	349/489	0,2/0,4
	132	Чай черный с сахаром	150/180	0,0/2	0	10,2/13,6	42/56	1,3/1,9
		ИТОГО:		65,4/95,7	55,7/79,8	178,3/237,3	1377/1904	18/27,8