

УТВЕРЖДАЮ
ЗАВЕДУЮЩАЯ



М.Х. ЗЕКАШЕВА

02.04.2025

**МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 73 "ИСКОРКА" Г.
МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ ЯСЛИ**

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-33, Калорийность-308	100/10
<i>Хлеб ржаной (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	30
<i>Масло сливочное</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	5
<i>Какао с молоком</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-7, Калорийность-30	150
Завтрак №2		
<i>Напиток овощной</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	150
Обед		
<i>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-103	150/5
<i>Котлеты из говядины</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-115	60
<i>Макароны отварные с маслом</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-186	130
<i>Хлеб пшеничный (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
<i>Компот из свежих яблок</i>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	150
Полдник		
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-146	180
<i>Булочка "Умница"</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Калорийность-146	50

УТВЕРЖДАЮ
ЗАВЕДУЮЩАЯ



М.Х. ЗЕКАШЕВА

02.04.2025

**МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 73 "ИСКОРКА" Г.
МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ**

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-33, Калорийность-308	120/10
<i>Хлеб ржаной (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	40
<i>Масло сливочное</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	5
<i>Какао с молоком</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-7, Калорийность-30	180
Завтрак №2		
<i>Напиток овощной</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	180
Обед		
<i>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-103	200/5
<i>Котлеты из говядины</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-115	80
<i>Макароны отварные с маслом</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-186	130
<i>Хлеб пшеничный (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	60
<i>Компот из свежих яблок</i>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	180
Полдник		
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-146	180
<i>Булочка "Умница"</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Калорийность-146	50