

МБДОУ №8 Сказка (МБДОУ детский сад №8 ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (квал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

150/5 **Каша вязкая молочная
рисовая 150/5**

молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар, соль

Калорийность-333, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-47

150 **Чай с сахаром 150**

сахар, чай

Калорийность-57, Углеводы-15

5 **Масло сливочное 5**

Калорийность-38, Жиры-4

10 **Сыр российский 10**

Калорийность-35, Белки-3, Жиры-3

30 **Хлеб пшеничный 30**

Калорийность-127, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25

Итого за Завтрак

Калорийность-590, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-87

2-ой Завтрак

75 **Яблоки 75**

Калорийность-80, Белки-1, Углеводы-19

Итого за 2-ой Завтрак

Калорийность-80, Белки-1, Углеводы-19

Обед

150 **Кисель из яблок свежих**

яблоки, сахар, крахмал, кислота лимонная

Калорийность-116, Углеводы-29

150 **Суп картофельный с лапшой
домашней 150**

картофель, лук, морковь, мука, яйцо, масло растительное, соль

Калорийность-165, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24

60 **Биточки из птицы 60**

куры, молоко, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль

120/5 **Рагу из овощей 120/5**

картофель, морковь, капуста, лук, масло сливочное, томатная паста, масло растительное, мука, соль, сахар

Калорийность-252, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-33

25 **Хлеб пшеничный 25**

25 **Хлеб ржаной 25**

Итого за Обед

Калорийность-533, Белки-6, Жиры-20, Углеводы-86

Полдник

50 **Булочка домашняя**

мука, маргарин, сахар, дрожжи, яйцо, соль

Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31

150 **Чай с молоком 150**

молоко, сахар, чай

Итого за Полдник

Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31

Итого за день

Калорийность-1 402, Белки-27, Жиры-43, Углеводы-223

05.08.2025

МБДОУ №8 Сказка (Дети МБДОУ № 8 "Сказка")

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

200/5 **Каша вязкая молочная
рисовая 200/5**

молоко, крупа рисовая, сахар, масло сливочное, соль

Калорийность-333, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-47

200 **Чай с сахаром 200**

сахар, чай

Калорийность-57, Углеводы-15

15 **Сыр российский 15**

Калорийность-56, Белки-4, Жиры-4

40 **Хлеб пшеничный 40**

5 **Масло сливочное 5**

Калорийность-38, Жиры-4

Итого за Завтрак

Калорийность-484, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-62

2-ой Завтрак

75 **Яблоки 75**

Калорийность-80, Белки-1, Углеводы-19

Итого за 2-ой Завтрак

Калорийность-80, Белки-1, Углеводы-19

Обед

200 **Суп картофельный с лапшой
домашней 200**

картофель, лук, морковь, мука, соль, яйцо, масло растительное

Калорийность-165, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24

80 **Биточки из птицы**

куры, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль

150 **Рагу из овощей 150**

Калорийность-252, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-33

картофель, морковь, лук, капуста, томатная паста, масло растительное, масло сливочное, мука, соль, сахар

30 **Хлеб пшеничный 30**

Калорийность-127, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25

30 **Хлеб ржаной 30**

Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-16

180 **Кисель из яблок свежих**

яблоки, сахар, крахмал, кислота лимонная

Калорийность-139, Углеводы-35

Итого за Обед

Калорийность-763, Белки-14, Жиры-21, Углеводы-133

Полдник

200 **Чай с молоком 200**

молоко, сахар, чай

50 **Булочка домашняя**

мука, маргарин, сахар, дрожжи, яйцо, соль

Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31

Итого за Полдник

Калорийность-199, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-31

Итого за день

Калорийность-1 526, Белки-31, Жиры-44, Углеводы-245