

28.09.2026

Утверждаю Заведующий
МБДОУ Детский сад "Дельфин"

	Наименование блюда	Выход порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	150	5,01	5,5	16,39	134,25
	Батон с маслом	40/5	2,81	3,97	16,96	114,66
	Какао	200	8,51	3,54	17,56	118,7
2-ой завтрак	Сок	100	1,5	0,5	8	95
	Пюре фруктовое	125			13	52
Итого		620				
Обед	Борщ вегетарианский со сметаной	180/7	1,97	4,28	9,85	85,81
	Тефтели из говядины	70	8,98	9,49	7,31	150,5
	Соус сметанный	20	0,28	1	1,17	14,82
	Макароны	130	38,42	5,49	207,62	103,4
	Компот из кураги	200	0,33		20,1	81
	Хлеб пшеничный	20	1,65	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,65	0,3	8,35	43,5
Итого		640				
Полдник	Печенье	40				144
	Чай без сахара	200	0,39	0,099	0,079	2,82
Итого		240				
Ужин	Суп гороховый с гренками	180/15	3,94	3,68	11,74	97,2
	Компот из свежих ягод	200	0,155	0,155	24	98,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
Итого		420				
		1920	78,635	38,48	391,649	1477,06