ДС130 Основная

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
139	**Пудинг из творога (запеченный)** *творог, молоко, сметана, сахар (песок), манная крупа, яйцо, масло сливочное, мука пшеничная, масло подсолнечное, ванилин*	ККал-336, Белки-19, Жиры-20, У/в-49
113	**Пудинг из творога (запеченный)** *творог, молоко, сметана, сахар (песок), манная крупа, яйцо, мука пшеничная, масло сливочное, масло подсолнечное, ванилин*	ККал-273, Белки-15, Жиры-16, У/в-40
30	**Соус сметанный сладкий** *молоко, сметана, мука пшеничная, сахар (песок)*	ККал-66, Белки-1, Жиры-5, У/в-10
20	**Соус сметанный сладкий** *молоко, сметана, мука пшеничная, сахар (песок)*	ККал-44, Жиры-3, У/в-6
34	**Бутерброд с маслом** *хлеб пшеничный в/с, масло сливочное*	ККал-116, Белки-2, Жиры-6, У/в-12
24	**Бутерброд с маслом** *хлеб пшеничный в/с, масло сливочное*	ККал-82, Белки-1, Жиры-5, У/в-9
199	**Кофейный напиток с молоком** *молоко, сахар (песок), кофейный напиток*	ККал-101, Белки-3, Жиры-3, У/в-16
179	**Кофейный напиток с молоком** *молоко, сахар (песок), кофейный напиток*	ККал-91, Белки-3, Жиры-2, У/в-14
	Итого за Завтрак	ККал-1 109, Белки-44, Жиры-60, У/в-156
	Завтрак 2	
209	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	ККал-193, Белки-6, Жиры-7, У/в-16
188	**Соки овощные, фруктовые и ягодные**	ККал-174, Белки-5, Жиры-6, У/в-14
	Итого за Завтрак 2	ККал-367, Белки-11, Жиры-13, У/в-30
	Обед	
202	**Суп картофельный с бобовыми, с гренками** *картофель, горох, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное*	ККал-135, Белки-4, Жиры-5, У/в-16
152	**Суп картофельный с бобовыми, с гренками** *картофель, горох, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, масло сливочное*	ККал-101, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
85	**Биточки мясные с соусом** *говядина (бескостная), морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, мука пшеничная, яйцо, томат-паста, масло подсолнечное, масло сливочное*	ККал-158, Белки-6, Жиры-4, У/в-10
64	**Биточки мясные с соусом** *говядина (бескостная), морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, мука пшеничная, яйцо, масло подсолнечное, масло сливочное*	ККал-119, Белки-4, Жиры-3, У/в-8
131	**Картофель отварной с маслом** *картофель, масло сливочное*	ККал-114, Белки-2, Жиры-5, У/в-27
110	**Картофель отварной с маслом** *картофель, масло сливочное*	ККал-96, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
47	**Икра кабачковая (промышленного производства)**	ККал-46, Белки-1, Жиры-3, У/в-3
47	**Икра кабачковая (промышленного производства)**	ККал-46, Белки-1, Жиры-3, У/в-3
50	**Хлеб ржаной**	ККал-91, Белки-3, Жиры-1, У/в-25
40	**Хлеб ржаной**	ККал-72, Белки-3, У/в-20
117	**Компот из сушеных фруктов** *сухофрукты, сахар (песок)*	ККал-79, У/в-19
97	**Компот из сушеных фруктов** *сухофрукты, сахар (песок)*	ККал-66, У/в-16
	Итого за Обед	ККал-1 123, Белки-29, Жиры-32, У/в-182
	Полдник	
146	**Омлет натуральный** *яйцо, молоко, масло сливочное, соль йодированная, масло подсолнечное*	ККал-270, Белки-13, Жиры-23, У/в-3
126	**Омлет натуральный** *яйцо, молоко, масло сливочное, соль йодированная, масло подсолнечное*	ККал-233, Белки-11, Жиры-20, У/в-2
50	**Овощи отварные** свекла	ККал-30, Белки-1, У/в-3
40	**Овощи отварные**	ККал-24, Белки-1, У/в-2
49	**Овощи натуральные соленые**	ККал-5, У/в-1
39	**Овощи натуральные соленые** огурцы	ККал-4, У/в-1
24	**Хлеб пшеничный в/с**	ККал-56, Белки-2, У/в-8
19	**Хлеб пшеничный в/с**	ККал-45, Белки-1, У/в-6
204	**Чай с лимоном** *сахар (песок), лимон, чай черный*	ККал-23, У/в-6
183	**Чай с лимоном** *сахар (песок), лимон, чай черный*	ККал-21, У/в-6
	Итого за Полдник	ККал-711, Белки-29, Жиры-43, У/в-38
	Ужин	
50	**Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник)**	ККал-209, Белки-4, Жиры-5, У/в-37
20	**Кондитерское изделие (печенье, вафли, пряник)**	ККал-83, Белки-2, Жиры-2, У/в-15
198	**Напиток кисломолочный**	ККал-99, Белки-6, Жиры-5, У/в-8
178	**Напиток кисломолочный** кефир	ККал-89, Белки-5, Жиры-4, У/в-7
	Итого за Ужин	ККал-480, Белки-17, Жиры-16, У/в-67
	Итого за день	ККал-3 790, Белки-130, Жиры-164, У/в-473

Заведующий _____ Опучина Юлия Васильевна

Управление образования города Ростова-на-Дону
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 130»
ИНН 6167055353 ОГРН 1026103719190
МБДОУ № 130