

Утверждаю:

Заведующий

Е.А.Смоляникова

21 июля 2025



муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар "Детский сад общеразвивающего вида № 7"

Сад Детский сад № 7

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
51	(07)Икра кабачковая консервированная(60) * Икра кабачковая	Витамин С-4, Калорийность -76, Углеводы-5, Белки-1, Жиры-6
200	(07)Чай с лимоном(200) * Сахар, Чай высшего и 1-го сорта, вода питьевая, Лимоны	Калорийность -49, Жиры-0, Углеводы-12, Белки-0
30	(07)Хлеб пшеничный 30(30) * Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность -71, Жиры-0
150	(07)Омлет натуральный(150) * Масло сливочное, Молоко свежее, Яйцо	
431	Итого за Завтрак	Витамин С-4, Калорийность -196, Углеводы-32, Белки-3, Жиры-6
Завтрак 2		
132	(07)Напиток витаминный(166) * Напиток витаминизированный	Углеводы-15, Калорийность -61
132	Итого за Завтрак 2	Углеводы-15, Калорийность -61
Обед		
200	(07)Жаркое по-домашнему(200) * Масло сливочное, Говядина, Зел. петрушка, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Томат-паста, Укроп	
200	(07)Суп картофельный с бобовыми(200) * Масло растительное, вода питьевая, Зел. петрушка, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Горох	
40	(07)Гренки из пшеничного хлеба(40) * Хлеб пшеничный	Калорийность -94, Углеводы-20, Белки-3
48	(07)Хлеб ржаной(50) * Хлеб ржаной	Калорийность -99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
199	(07)Сок фруктовый(200) * Сок фрукт тетра пак	Углеводы-20, Калорийность -86, Белки-1
687	Итого за Обед	Калорийность -279, Углеводы-60, Белки-7, Жиры-1
Уплотненный полдник		
100	(07)Яблоки (100) * Яблоки свежие	Калорийность -47, Жиры-0, Углеводы-10, Белки-0
197	(07)Кофейный напиток с молоком(200) * Молоко свежее, Сахар, вода питьевая, Кофейный напиток	Жиры-3, Калорийность -67, Углеводы-6, Белки-3
3	Соль йодированная(3) * Соль йодированная	
162	(07)Пудинг из творога (запеченный)(160) * Творог (200г), Масло сливочное, Молоко свежее, Сахар, Сметана, Виноград сушеный (изюм), вода питьевая, сухари паниров., Яйцо, Крупа манная, Мука пшеничная	Углеводы-0, Белки-0, Калорийность -0
462	Итого за Уплотненный полдник	Калорийность -114, Жиры-3, Углеводы-16, Белки-3
1 712	Итого за день	Витамин С-4, Калорийность -650, Углеводы-123, Белки-13, Жиры-10