

Утверждаю:

Заведующий

Е.А.Смоляникова

21 июля 2025 МО

г. Краснодар
«Детский сад
№ 7»

1022301430540

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

Ясли Детский сад № 7

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
33	(07)Икра кабачковая консервированная(60) *	Витамин С-4, Калорийность -76, Углеводы-5, Белки-1, Жиры-6
	Икра кабачковая	
181	(07)Чай с лимоном(180) *	Жиры-0, Углеводы-6, Белки-0, Калорийность -17
	Сахар, Чай высшего и 1-го сорта, вода питьевая, Лимоны	
130	(07)Омлет натуральный(150) *	
	Масло сливочное, Молоко свежее, Яйцо	
20	(07)Хлеб пшеничный(20)	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность -47
	Хлеб пшеничный	
364	Итого за Завтрак	Витамин С-4, Калорийность -140, Углеводы-21, Белки-3, Жиры-6
Завтрак 2		
160	(07)Кефир(150) *	Жиры-5, Белки-8, Калорийность -95, Углеводы-5
	Кефир	
160	Итого за Завтрак 2	Жиры-5, Белки-8, Калорийность -95, Углеводы-5
Обед		
30	(07)Гренки из пшеничного хлеба(30) *	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность -71
	Хлеб пшеничный	
179	(07)Сок фруктовый(160) *	Белки-1, Калорийность -69, Углеводы-16
	Сок фрукт тетра пак	
38	(07)Хлеб ржаной(40) *	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность -79
	Хлеб ржаной	
160	(07)Жаркое по-домашнему(160) *	
	Масло сливочное, Говядина, Зел. петрушка, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Укроп	
180	(07)Суп картофельный с бобовыми(180) *	
	Масло растительное, вода питьевая, Зел. петрушка, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Горох	
587	Итого за Обед	Белки-5, Углеводы-47, Калорийность -219
Уплотненный полдник		
20	(07)Хлеб пшеничный(20)	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность -47
	Хлеб пшеничный	
177	(07)Кофейный напиток с молоком(180) *	Углеводы-6, Белки-3, Калорийность -72, Жиры-4
	Молоко свежее, Сахар, вода питьевая, Кофейный напиток	
130	(07)Пудинг из творога (паровой)(130) *	Калорийность -0, Углеводы-0, Белки-0
	Творог (200г), Масло сливочное, Молоко свежее, Сахар, Сметана, Виноград сушеный (изюм), вода питьевая, Яйцо, Крупа манная, Мука пшеничная	
95	(07)Яблоки (95) *	Углеводы-9, Жиры-0, Калорийность -42, Белки-0
	Яблоки свежие	
3	(07)соль(3) *	
	Соль йодированная	
425	Итого за Уплотненный полдник	Белки-5, Углеводы-25, Калорийность -161, Жиры-4
1 536	Итого за день	Витамин С-4, Калорийность -615, Углеводы-98, Белки-21, Жиры-15