

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -
детский сад № 148**

Юридический адрес: 620103, Свердловская область, г.Екатеринбург, ул.Латышская, 90
Тел.(34)256-94-04, E-mail: mdou148@eduekb.ru, сайт: <https://148.tvoyasadik.ru/>

1.Понедельник



ПОНЕДЕЛЬНИК

Прием пищи	Номер тех. карты	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	n123e	Каша из овсяных хлопьев на концентрате молока со слив маслом	180	2,66	3,8	9,34	85,05
	030	Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	0,98	1,12	8,39	55,59
	035	Батон с маслом	45	6,91	11,84	47,47	292
Итого за завтрак			405	10,55	16,76	65,2	432,64
Второй завтрак	031	Сок	100	0,5	10	10,1	46
Итого за второй завтрак			100	0,5	10	10,1	46
Обед	28/1/1	Салат из отвар. картоф. , моркови и реп. лука с раст. маслом	50	1,58	6,08	12,98	120,34
	20/2/2	Суп - лапша на курином бульоне	180	1,06	1,84	7,31	53,37
	n350	Бигус с мясом курицы	200	9,36	3,18	5,92	92,19
	193/1	Кисель из шиповника	180	0,17	0	10,81	45,59
	003	Хлеб ржаной	40	6,6	1,2	41,8	181
	050	Хлеб пшеничный	20	7,6	0,9	50,1	231
Итого за обед			670	26,37	13,2	128,92	723,49
15-00	271	Кефир	100	2,8	3,19	4,09	55,91
Итого;			100	2,8	3,19	4,09	55,91
Полдник	1/5/2	Запеканка пшеничная с творогом	120	7,27	10,76	24	248,06
	7/11/2	Сгущенное молоко	20	0,55	0	16,6	67,43
	032	Чай с сахаром	180	0	0	5,91	24,64
	050	Хлеб пшеничный	20	7,6	0,9	50,1	231
Итого за полдник;			340	15,42	11,66	96,61	571,13
Итого за день			1615	55,64	54,81	304,92	1829,17