

**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/>

5.Пятница



ПЯТНИЦА

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	п162	Каша рисовая молочная со олив. маслом	150	2,14	3,14	10,5	84,51
	14/10/1	Какао с молоком	180	3,48	3,48	22,56	109
	035	Батон с маслом	45	1,59	1,65	8,6	60,16
Итого за завтрак			375	7,21	8,27	41,66	253,67
Второй завтрак	031	Сок	100	0,9	0,2	10,3	40
Итого за второй завтрак			100	0,9	0,2	10,3	40
Обед	169/2	Салат картофельный с огурцом	50	1,44	3,14	10,3	77,53
	п086-1	Суп гороховый со сметаной	180	2	1,44	7,9	55,32
	171/1	Макаронник запеченный с мясом	200	8,73	8,38	16,07	189,86
	2/10/2	Компот из яблок и изюма	180	0,24	0,1	8,99	39,18
	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	26,61	15,16	135,16	773,89
15-00	269	Снежок	100	2,6	3,19	10,88	82,82
Итого:			100	2,6	3,19	10,88	82,82
Полдник	21/2	Суп молочный с лапшой	180	1,65	0,1	2,27	13
	11/10	Чай с сахаром	180	0,02	0	4,65	19,78
	12/12/3	Пирожок печеный с курагой	90	9,24	6,69	56,3	350,88
	050	Хлеб пшеничный	20	7,6	0,9	50,1	231
Итого за полдник			470	18,51	7,69	113,32	614,66
Итого за день			1715	55,83	34,51	311,32	1765,04