

**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/>

8.Среда



СРЕДА

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	16/4/2	Каши молочная ассорти (рис, пшено) со слив, маслом	150	2,47	3,22	12,1	94,38
	14/10/1	Какао с молоком	180	3,48	3,48	22,56	109
	035	Батон с маслом	45	6,91	11,84	47,47	292
Итого за завтрак			375	12,86	18,54	82,13	495,38
Второй завтрак	344	Яблоко	110	0,35	0,35	10,38	39,6
Итого за второй завтрак			110	0,35	0,35	10,38	39,6
Обед	014-4	Огурец свежий порционный	50	0,8	0,1	3,8	13,98
	п137	ПШ с мясом со сметаной	180	2,86	3,07	3,62	56,6
	10/8/2	Печень в молочном соусе	80	14,05	7,93	5,34	163,87
	64с	Картофельное пюре	150	3,05	3,68	23,25	145,27
	1/10/1	Компот из яблок и кураги	180	0,13	0,01	8,53	35,18
	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			700	35,09	16,89	136,44	826,9
15-00	363-4	Ряженка	100	3	5,99	4,09	83,87
Итого ;			100	3	5,99	4,09	83,87
Полдник	14\5/3	Запеканка из творога с рисом	120	11,88	17,58	14,58	263,08
	004	Сгущенное молоко	15	7,4	8,73	57,33	327,68
	150/1	Ватрушка с повидлом	80	5,9	7,59	51,24	320,79
	11/10	Чай с сахаром	200	0,02	0	4,65	19,78
	050	Хлеб пшеничный	20	7,6	0,9	50,1	231
Итого за полдник;			435	32,8	34,8	177,9	1162,33
Итого за день			1720	84,1	76,57	410,94	2608,08