Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Центр образование Бестужевский» (дошкольное структурное подразделение)

27 июня 2025года

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **выход** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **к\кал** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Омлет запеченный с морковью** | **110** |  |  | 2,1 | 5,6 | 25,3 | 45,6 |
| яйцо |  | 1 | 1/5 | 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,50 |
| молоко |  | 50 | 50 | 1,40 | 1,60 | 2,35 | 29,0 |
| масло слив |  | 5 | 5 | 0,01 | 2,35 | 0,01 | 21,87 |
| морковь |  | 20 | 18 | 0,30 |  | 1,68 | 7,92 |
| **Икра кабачковая** | **50** |  |  | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,80 |
| Икра кабачковая |  | 50 | 50 | 0,98 | 8,76 | 0,78 | 22,45 |
| Хлеб ржаной | **10** | 10 | 10 |  |  |  |  |
| **Какао на молоке** | **180** |  |  |  |  |  |  |
| сахар |  | 15 | 15 |  |  | 11,4 | 46,80 |
| Молоко |  | 120 | 120 | 1,40 | 1,60 | 2,35 | 29,0 |
| какао |  | 2 | 2 |  |  |  | 0,56 |
| **Булка со слив. маслом,** |  |  |  |  |  |  |  |
| Булка | 20 | 20 | 20 | 2,49 | 0,39 | 14,48 | 68,10 |
| масло слив. | 5 | 5 | 5 | 0,03 | 5,46 | 0,03 | 51,38 |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |
| **сок** | 100 | 100 | 100 | 2,9 | 12,3 | 15,9 | 9 9,12 |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Солёный огурец** | 50 | 50 | 50 | 0,70 |  | 6,90 | 19,20 |
| **Бульон куриный с гренками** | 180 |  |  |  |  |  |  |
| куры |  | 20 | 11 | 1,78 | 0,66 |  | 13,40 |
| масло слив |  | 5 | 5 | 0,01 | 1,56 | 0,01 | 14,68 |
| лук |  | 5 | 3,8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| морковь |  | 10 | 7 | 0,10 |  | 0,56 | 2,64 |
| соль |  | 5 | 5 |  |  |  | 0,11 |
| Хлеб пшеничный |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
| **Пельмени с маслом** | 180 |  |  |  |  |  |  |
| птица ( грудка ) |  | 80 | 67 | 7,12 | 2,64 |  | 53,60 |
| лук |  | 10 | 8,8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| масло сливочное |  | 5 | 5 | 0,01 | 2,35 | 0,01 | 21,87 |
| мука |  | 50 | 50 | 0,3 | 2,3 | 1,2 | 12,3 |
| **Лимонный напиток** | 180 |  |  |  |  |  |  |
| сахар |  | 15 | 15 |  |  | 14,85 | 61,16 |
| лимон |  | 10 | 10 | 0,24 |  | 9,67 | 41, 04 |
| **Хлеб ржаной** | 30 |  |  |  |  |  |  |
| хлеб |  | 30 | 30 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,60 |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Чай** | 180 |  |  |  |  |  |  |
| Чай заварка |  | 1 | 1 |  |  |  |  |
| Сахар |  | 15 | 15 |  |  | 3,32 | 58,50 |
| **Зефир** | 20 | 20 | 20 | 1,88 | 0,28 | 19,9 | 85,60 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГО:** |  |  |  | **10,45** | **11,68** | **47,69** | **340,7** |

