

14 августа 2025 года

Утверждено

Заведующий Теленик О.А.

Прим пищи		Наименование блюда		Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал
				Белки	Жиры	Углево			
Неделя 2									
День 4									
Завтрак	Пудинг из творога(запеченный)	0,130	22,71	16,14	36,51	381,00	0,130	22,71	381,00
	Молоко сгущенное	0,015	1,83	1,63	3,02	34,00	0,015	2,03	37,78
	Хлеб пшеничный	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	0,030	3,30	82,20
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	19,80
	Какао с молоком	0,150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,180	3,67	107,00
Итого за завтрак		0,325	30,59	23,86	64,33	597,80	0,358	31,712	627,778
Второй завтрак	Яблоки свежие	0,105	0,44	0,44	10,72	48,13	0,115	0,48	52,71
		0,105	0,44	0,44	10,72	48,13	0,115	0,479	52,708
Итого 2й завтрак		0,030	0,34	3,41	3,15	45,41	0,040	0,04	60,55
Обед	Икра свекольная	0,160	1,34	3,27	10,61	77,28	0,200	1,68	96,60
	Рассольник ленинградский	0,080	65,54	9,22	3,20	160,97	0,100	84,81	208,32
	Оладьи из печени	0,100	1,91	2,88	15,35	94,90	0,110	2,10	104,39
	Картофель отварной	0,160	0,13	0,13	19,10	78,08	0,180	0,14	87,84
	Компот из свежих плодов	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,010	1,10	27,40
	Хлеб пшеничный	0,032	1,92	0,32	14,24	69,44	0,040	2,40	86,80
	Хлеб ржаной	0,572	72,27	19,73	70,06	553,49	0,680	92,268	671,898
Итого за обед		0,050	3,07	2,36	25,31	134,94	0,070	4,30	188,91
Уплотненный подник	Рогалик с повидлом	0,040	0,58	0,01	1,92	12,00	0,050	0,58	12,00
	Овощи свежие, ошурец	0,050	6,81	5,69	5,16	99,16	0,060	8,17	119,00
	Комплеты с яблоками	0,100	5,74	4,06	25,76	162,50	0,110	6,31	178,75
	Каши вязкая зрчевая	0,150	0,09	0,02	7,76	31,22	0,180	0,11	37,46
	Чай с лимоном	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,020	2,10	54,80
Итого за Уплотненный подник		0,400	17,389	12,630	70,321	467,219	0,490	21,571	590,920
Итого за день		1,402	120,684	56,661	215,430	1666,629	1,643	146,030	1943,304

