

15 августа 2025 года

Утверждено

Заведующий Теленик О.А.

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал				
Неделя 2			Белки	Жиры	Углево						
День 5			САД								
Завтрак	Суп молочный маняный	0,150	4,35	2,18	0,04	110,10	0,160	4,64	4,38	14,86	117,44
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80
	Хлеб пшеничный	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00
	Чай с молоком	0,170	2,52	2,21	13,52	84,06	0,180	2,67	2,34	14,31	89,00
Итого за завтрак		0,350	9,774	9,691	39,285	287,956	0,370	10,212	10,095	41,009	300,240
Второй завтрак	Кефир	0,130	4,35	3,75	6,00	75,00	0,130	4,35	3,75	6,00	75,00
Итого 2й завтрак		0,130	4,35	3,75	6,00	75,00	0,130	4,350	3,745	6,000	75,000
Обед	Овощи свежие, ошпурч	0,030	0,35	0,01	1,15	7,20	0,040	1,49	2,59	3,13	41,80
	Суп картофельный с крупой	0,150	1,51	1,67	10,20	61,95	0,180	1,81	2,00	12,24	74,34
	Бефстроганов	0,050	5,95	7,25	3,07	102,60	0,060	7,14	8,70	3,68	123,12
	Макаронные изделия отарные	0,100	3,66	2,81	17,85	110,00	0,120	4,40	3,37	21,43	132,00
	Компот из свежих плодов	0,150	0,12	0,12	17,91	73,20	0,180	0,14	0,14	21,49	87,84
	Хлеб пшеничный	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,020	2,20	1,00	8,80	54,80
	Хлеб ржаной	0,032	1,92	0,32	14,24	69,44	0,040	2,40	0,40	17,80	86,80
Итого за обед		0,522	14,610	12,674	68,820	451,790	0,640	19,578	18,209	88,565	600,700
Уплотненный полдник	Кекс творожный	0,050	4,71	7,42	25,03	186,00	0,060	4,71	7,42	25,03	186,00
	Салат из зеленого горошка	0,030	0,30	1,65	1,82	23,90	0,050	0,50	2,75	3,04	39,83
	Пудинг из мяса	0,050	11,75	3,87	0,55	83,75	0,060	14,10	4,64	0,66	100,50
	Картофель в молоке	0,100	2,35	2,48	13,16	84,40	0,110	2,58	2,73	14,48	92,84
	Чай с лимоном	0,150	0,09	0,02	7,76	31,22	0,160	0,10	0,02	8,28	33,30
Итого за	Хлеб пшеничный	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,030	3,30	1,50	13,20	82,20
Итого за день		1,392	49,034	42,046	166,835	1251,416	1,610	59,431	51,107	200,264	1510,615
Среднее значение за период			54,85	47,89	194,64	1369,10		64,27	56,60	226,49	1643,89