

20 августа 2025 года

Утверждено

Заведующий Теленик О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал					
			Белки	Жиры	Углево ды	Ккал						
Неделя 1												
День 3	Суп молочный рисовый	0,160	4,64	4,38	14,86	117,44	0,180	5,22	4,93	16,72	132,12	
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	
	Сыр твердый	0,010	2,66	2,63	0,00	34,00	0,013	3,46	3,42	0,00	51,00	
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	0,150	2,15	1,46	15,50	84,00	0,180	2,58	1,75	18,60	100,80	
Завтрак	Хлеб пшеничный	0,020	2,10	0,90	8,70	54,80	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	
	Итого за завтрак	0,130	11,55	11,55	39,10	310,04	0,403	14,160	13,474	47,157	377,720	
	Второй завтрак	0,130	0,83	0,00	16,67	70,40	0,130	0,83	0,00	16,67	70,40	
	Итого 2й завтрак	0,130	0,83	0,00	16,67	70,40	0,130	0,825	0,000	16,665	70,396	
Обед	Итого за завтрак	0,030	0,050	1,65	1,82	23,90	0,040	0,40	2,35	2,85	35,40	
	Сок яблочный	0,130	0,83	0,00	16,67	70,40	0,180	0,18	4,90	8,64	76,10	
	Итого за обед	0,180	0,180	4,90	8,64	76,10	0,140	0,15	7,39	22,48	197,48	
	Щи из свежих овощей	0,130	0,140	6,86	20,87	183,37	0,160	0,18	0,02	22,22	90,40	
	Жаркое по-домашнему	0,140	0,160	0,01	19,44	79,10	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	
	Компот из сухофруктов	0,010	0,010	0,50	4,40	27,40	0,040	2,40	0,40	17,80	86,80	
	Хлеб пшеничный	0,032	0,040	0,32	14,24	69,44	0,570	4,414	15,551	78,386	513,580	
	Хлеб ржаной	0,522	0,58	14,24	69,42	459,31	0,050	3,39	6,98	26,07	181,00	
	Итого за обед	0,050	3,39	6,98	26,07	181,00	0,160	0,13	0,13	19,10	78,08	
	Уплотненный подник	Булочка дорожная	0,160	0,13	0,13	19,10	78,08	0,040	0,35	0,01	1,15	7,20
		Компот из свежих плодов	0,030	0,35	0,01	1,15	68,25	0,070	9,55	2,92	3,89	79,63
		Осетр свежий	0,060	8,18	2,51	3,34	68,25	0,110	3,03	3,45	17,34	112,84
Киели рыбные		0,100	2,75	3,14	15,76	102,58	0,020	2,10	0,90	8,70	54,80	
Итого за Уплотненный подник	Каши вязкая гречневая	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40						
	Хлеб пшеничный											
Итого за день		0,200	15,91	13,25	69,82	464,51	0,450	18,544	14,385	76,251	513,550	
Итого за день		1,195	28,862	39,040	195,001	1304,260	1,553	37,943	43,409	218,459	1475,246	