

1 ноября 2025 года

Утверждено

И.О.Заведующей Саврак Л.И.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал
			Белки	Жиры	Углево	Белки			Жиры	Углево		
Неделя 2								САД				
День 1												
Завтрак	Суп молочный пшённый	0,150	4,35	4,11	13,93	110,10	0,180	5,22	4,93	16,72	132,12	
	Сыр твердый	0,010	2,66	2,63	0,00	34,00	0,015	3,99	3,95	0,00	51,00	
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	
	Чай с молоком	0,160	2,37	2,08	12,72	79,11	0,180	2,67	2,34	14,31	89,00	
	Батон	0,025	2,07	0,86	8,43	52,86	0,025	2,07	0,86	8,43	52,86	
Итого за завтрак		0,348	11,46	11,85	35,12	295,87	0,403	13,953	14,245	39,495	344,777	
Второй завтрак	Соки фруктовые	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	Икра кабачковая	0,030	0,04	1,65	1,82	23,90	0,040	0,40	2,20	2,43	31,86	
	Борщ	0,160	1,61	3,10	6,99	60,00	0,180	1,81	3,48	7,87	67,50	
	Зразы рыбные	0,060	8,06	4,00	9,03	104,00	0,080	10,75	5,33	12,04	138,67	
	Пюре картофельное	0,100	2,04	3,20	13,63	91,50	0,110	2,25	3,52	14,99	100,65	
	Кисель из сухофруктов	0,140	0,62	0,04	20,01	82,88	0,160	0,71	0,05	22,86	94,72	
	Хлеб пшеничный	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	
	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		0,532	15,40	12,81	70,12	459,12	0,620	19,417	15,482	82,396	547,603	
Уплотненный полдник	Булочка сдобная	0,050	2,53	7,20	26,40	180,00	0,060	3,04	8,64	31,68	216,00	
	Сок	0,140	0,47	0,01	1,53	9,60	0,140	0,47	0,01	1,53	9,60	
		0,045	6,99	0,03	0,06	0,65	0,050	7,77	0,04	0,07	0,72	
		0,100	5,74	4,06	25,76	162,50	0,110	6,31	4,47	28,34	178,75	
		0,150	0,09	0,02	7,76	31,22	0,160	0,10	0,02	8,28	33,30	
		0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,020	2,10	0,90	8,70	54,80	
Итого за Уплотненный полдник		0,445	16,92	11,82	65,92	411,37	0,540	19,780	14,071	78,602	493,171	
Итого за день		1,455	44,595	36,474	187,827	1236,752	1,693	53,976	43,797	217,157	1455,947	