

5 марта 2026года

Утверждаю

Заведующий Теленик О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал
			Белки	Жиры	Углево.	Ккал		Белки	Жиры	Углево.	
<b>Неделя 2</b>			<b>САД</b>								
<b>День 4</b>											
Завтрак	Пудинг из творога(запеченный)	0,130	22,71	16,14	36,51	381,00	0,130	22,71	16,14	36,51	381,00
	Молоко сгущенное	0,015	1,83	1,63	3,02	34,00	0,015	2,03	1,81	3,36	37,78
	Хлеб пшеничный	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	0,030	3,30	1,50	13,20	82,20
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80
	Какао с молоком	0,150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого за завтрак		0,325	30,59	23,86	64,33	597,80	0,358	31,712	24,812	68,928	627,778
Второй завтрак	Яблоки	0,105	0,44	0,44	10,72	48,13	0,115	0,48	0,48	11,74	52,71
Итого 2й завтрак		0,105	0,44	0,44	10,72	48,13	0,115	0,479	0,479	11,740	52,708
Обед	Икра свекольная	0,030	0,34	3,41	3,15	45,41	0,040	0,04	4,55	4,20	60,55
	Рассольник ленинградский	0,160	1,34	3,27	10,61	77,28	0,200	1,68	4,09	13,27	96,60
	Оладьи из печени	0,080	65,54	9,22	3,20	160,97	0,100	84,81	11,94	4,15	208,32
	Картофель отварной	0,100	1,91	2,88	15,35	94,90	0,110	2,10	3,17	16,88	104,39
	Компот из свежих плодов	0,160	0,13	0,13	19,10	78,08	0,180	0,14	0,14	21,49	87,84
	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		0,572	72,27	19,73	70,06	553,49	0,680	92,268	24,784	82,186	671,898
Уплотненный полдник	Рогалик с повидлом	0,050	3,07	2,36	25,31	134,94	0,070	4,30	3,30	35,44	188,91
	Котлеты с яблоками	0,050	6,81	5,69	5,16	99,16	0,060	8,17	6,82	6,20	119,00
	Каша вязкая ячневая	0,100	5,74	4,06	25,76	162,50	0,110	6,31	4,47	28,34	178,75
	Чай с лимоном	0,150	0,09	0,02	7,76	31,22	0,180	0,11	0,02	9,32	37,46
	Хлеб пшеничный	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,020	2,10	0,90	8,70	54,80
Итого за Уплотненный полдник		0,400	17,389	12,630	70,321	467,219	0,490	21,571	15,519	89,909	590,920
Итого за день		1,402	120,684	56,661	215,430	1666,629	1,643	146,030	65,595	252,762	1943,304