

19 марта 2026года

Утверждаю  Заведующий Теленик О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества			Ккал	Пищевые вещества			Ккал
				Белки	Жиры	Углево		Белки	Жиры	Углево	
<b>Неделя 2</b>											
<b>День 4</b>											
Завтрак	Суп молочный пищennyй	0,150	4,35	4,17	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
	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		0,340	13,06	12,83	38,73	326,90	0,408	16,182	15,738	45,777	392,120
<b>Второй завтрак</b>	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	0,000	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		0,350	17,389	12,630	70,321	467,219	0,490	21,571	15,519	89,909	590,920
<b>Итого за день</b>		1,367	103,157	45,631	189,828	1395,729	1,693	130,500	56,520	229,611	1707,646