

28 апреля 2025 года

Утверждаю  Ведущий Теленик О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал
			Белки	Жиры	Углебы	Ккал		Белки	Жиры	Углево	
Неделя 2							САД				
День 2											
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	0,160	4,64	4,38	14,86	117,44	0,180	5,18	4,69	16,95	130,68
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80
	Сыр твердый	0,090	2,66	2,63	0,00	34,00	0,012	0,35	0,35	0,00	4,53
	Хлеб пшеничный	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	0,030	3,30	1,50	13,20	82,20
	Чай с молоком	0,160	2,37	2,08	12,72	79,11	0,180	2,67	2,34	14,31	89,00
Итого за завтрак		0,440	12,58	12,47	39,42	324,35	0,405	11,507	11,056	44,499	326,213
Второй завтрак	Соки фруктовые	0,130	0,88	0,00	17,68	74,66	0,130	0,88	0,00	17,68	74,66
Итого 2й завтрак		0,130	0,88	0,00	17,68	74,66	0,130	0,875	0,000	17,675	74,663
Обед	Овощи соленые	0,030	0,35	0,01	1,15	7,20	0,040	0,47	0,01	1,53	9,60
	Щи из свежей капусты с картофелем (сметаной)	0,180	1,25	3,52	6,11	61,02	0,200	1,39	3,91	6,79	67,80
	Плов из птицы	0,140	14,31	13,13	23,79	270,67	0,190	19,43	17,81	32,29	367,33
	Кисель из сухофруктов	0,150	0,69	0,05	21,44	88,80	0,160	0,74	0,05	22,87	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		0,542	19,623	17,517	71,133	524,527	0,640	25,517	22,681	85,683	653,653
Уплотненный полдник	Бисквитный рулет с повидлом	0,050	3,50	2,78	31,78	168,89	0,070	4,90	3,89	44,49	236,45
	Компот из плодов и ягод свежих	0,170	0,14	0,14	20,30	82,96	0,180	0,14	0,14	21,49	87,84
	Рыба тушеная с овощами	0,100	9,57	4,82	2,57	91,67	0,120	11,48	5,78	3,08	110,00
	Пюре картофельное	0,100	2,25	3,52	14,99	100,65	0,110	2,25	3,52	14,99	100,65
	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		0,470	16,950	13,953	76,467	503,431	0,560	21,471	17,536	96,402	637,532
Итого за день		1,582	50,023	43,934	204,694	1426,971	1,735	59,369	51,272	244,259	1692,061