

15 мая 2026 года

Утверждаю

Заведующий Теленик О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда				Ккал	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал
		г	кг	л	мл			Белки	Жиры	Углевод ы	
Неделя 2								САД			
День 5											
Завтрак	<i>Суп молочный овсяный</i>	0,150	4,35	4,11	13,93	110,10	0,160	4,64	4,38	14,86	117,44
	<i>Масло сливочное</i>	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80
	<i>Хлеб пшеничный</i>	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00	0,027	2,90	1,20	11,80	74,00
	<i>Чай с молоком</i>	0,170	2,52	2,21	13,52	84,06	0,180	2,67	2,34	14,31	89,00
Итого за завтрак		0,350	9,774	9,691	39,285	287,956	0,370	10,212	10,095	41,009	300,240
Второй завтрак	<i>Ряженка</i>	0,130	4,35	3,75	6,00	75,00	0,130	4,35	3,75	6,00	75,00
Итого 2й завтрак		0,130	4,35	3,75	6,00	75,00	0,130	4,350	3,745	6,000	75,000
Обед	<i>Овощи солёные</i>	0,030	0,35	0,01	1,15	7,20	0,040	1,49	2,59	3,13	41,80
	<i>Суп картофельный с крупой</i>	0,150	1,51	1,67	10,20	61,95	0,180	1,81	2,00	12,24	74,34
	<i>Бефстроганов</i>	0,050	5,95	7,25	3,07	102,60	0,060	7,14	8,70	3,68	123,12
	<i>Макаронные изделия отварные с мас</i>	0,100	3,66	2,81	17,85	110,00	0,120	4,40	3,37	21,43	132,00
	<i>Компот из свежих плодов</i>	0,150	0,12	0,12	17,91	73,20	0,180	0,14	0,14	21,49	87,84
	<i>Хлеб пшеничный</i>	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,020	2,20	1,00	8,80	54,80
	<i>Хлеб ржаной</i>	0,032	1,92	0,32	14,24	69,44	0,040	2,40	0,40	17,80	86,80
Итого за обед		0,522	14,610	12,674	68,820	451,790	0,640	19,578	18,209	88,565	600,700
Уплотненный поддник	<i>Кекс творожный</i>	0,050	4,71	7,42	25,03	186,00	0,060	4,71	7,42	25,03	186,00
	<i>Салат из зелёного горошка</i>	0,030	0,50	2,75	3,04	39,83	0,030	0,50	2,75	3,04	39,83
	<i>Пудинг из мяса</i>	0,050	11,75	3,87	0,55	83,75	0,060	14,10	4,64	0,66	100,50
	<i>Картофель в молоке</i>	0,100	2,35	2,48	13,16	84,40	0,110	2,58	2,73	14,48	92,84
	<i>Чай с лимоном</i>	0,150	0,09	0,02	7,76	31,22	0,160	0,10	0,02	8,28	33,30
	<i>Хлеб пшеничный</i>	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,030	3,30	1,50	13,20	82,20
Итого за Уплотненный		0,390	20,500	17,035	53,946	452,603	0,450	25,292	19,058	64,690	534,675
Итого за день		1,392	49,234	43,146	168,051	1267,348	1,590	59,431	51,107	200,264	1510,615
Среднее значение за период			54,87	48,00	194,76	1370,69		64,27	56,60	226,49	1643,89