

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

15.05.2024г

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                                      | Выход блюда | Пищевые вещества в гр. |              |               | Энерг. ценное |
|--|-------------|------------------------|--------------|---------------|---------------|
|  |             | Белки                  | Жиры         | Углев.        |               |
| <b>ЗАВТРАК-1:</b>                                      |             |                        |              |               |               |
| 1. Бутерброд с маслом                                  | 10/40       | 2,71                   | 8,27         | 17,9          | 153,0         |
| 2. Каша молочная «Дружба»                              | 200         | 5,84                   | 5,88         | 33,85         | 206,6         |
| 3. Чай с сахаром                                       | 200         | 1,4                    | 1,34         | 15,38         | 78,2          |
| <b>ЗАВТРАК-2:</b>                                      |             |                        |              |               |               |
| 1. Сок фруктовый /ягодный                              | 100         | 0,8                    | 0            | 13,1          | 54,0          |
| <b>ИТОГО</b>   |             | <b>10,75</b>           | <b>15,49</b> | <b>80,23</b>  | <b>491,8</b>  |
| <b>ОБЕД:</b>   |             |                        |              |               |               |
| 1. Салат из свеклы столовой отварной с маслом и луком  | 50          | 0,65                   | 5,15         | 3,65          | 63,5          |
| 2. Суп картофельный с клецками с мясом курицы/говядины | 250         | 7,25                   | 8,88         | 28,42         | 217,9         |
| 3. Капуста свежая тушенная с курицей/говядиной         | 150/60      | 25,84                  | 15,42        | 13,31         | 297,7         |
| 4. Компот из свежих яблок                              | 200         | 0,15                   | 0            | 13,0          | 54,0          |
| 5. Хлеб столовый                                       | 50          | 4,0                    | 0,65         | 22,0          | 110,0         |
| <b>ИТОГО</b>   |             | <b>33,89</b>           | <b>30,1</b>  | <b>80,38</b>  | <b>743,1</b>  |
| <b>ПОЛДНИК:</b>  |             |                        |              |               |               |
| 1. Оладьи с сахаром                                    | 90          | 6,92                   | 6,57         | 40,45         | 255,4         |
| 2. Йогурт питьевой                                     | 200         | 5,6                    | 7,0          | 9,0           | 124,0         |
| 3. Яблоко  |             |                        |              |               |               |
| <b>ИТОГО</b>   |             | <b>12,52</b>           | <b>13,57</b> | <b>49,45</b>  | <b>379,4</b>  |
| <b>ВСЕГО</b>   |             | <b>57,16</b>           | <b>59,16</b> | <b>210,06</b> | <b>1714,3</b> |