

Неделя: первая, деньСРЕДА  
12.02.2025

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>		Б	Ж	У	
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	2,58	2,75	8,97	71,2
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	0,49	89
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	330	7,71	5,83	20,05	214,2
	<b>2- ЗАВТРАК</b>					
368	Фрукты	1 шт	10	10	20	11
	<b>ОБЕД</b>					
81	Суп картофельный с фасолью	150	3,19	3	11,89	88,5
298	Голубцы ленивые	70/15	4,7	4,9	4,4	81
321	Картофельное пюре	120	2,67	3,66	17,89	117
377	Чай с лимоном	150	0,15	0	11,23	48
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	535	12,69	11,92	56	388,5
	<b>ПОЛДНИК</b>					
212	Лапшевник с творогом	100	8,06	6,52	24,46	190
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
	Итого:	250	10,4	8,52	35,09	260
	<b>Всего</b>	1115	40,8	36,27	131,14	873,7