

**Неделя: первая, день ПЯТНИЦА**  
**15.11.24**

| №       | Наименование блюда и кулинарных изделий  | Выход порции грамм | Пищевые вещества, (г) |       |        | ЭЦ (ккал) |
|---------|--|--------------------|-----------------------|-------|--------|-----------|
|         | <b>ЗАВТРАК</b>                           |                    | Б                     | Ж     | У      |           |
| 185     | Каша пшеничная молочная                  | 150                | 5,54                  | 5,9   | 22,11  | 164,2     |
| 397     | Какао с молоком                          | 150                | 3,15                  | 2,72  | 0,49   | 89        |
|         | Хлеб пшеничный                           | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
|         | Итого:                                   | 330                | 10,67                 | 8,98  | 33,19  | 307,2     |
|         | <b>2- ЗАВТРАК</b>                        |                    |                       |       |        |           |
| 368     | Фрукты                                   | 1шт                | 10                    | 10    | 20     | 11        |
|         | <b>ОБЕД</b>                              |                    |                       |       |        |           |
| 82      | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150                | 1,61                  | 1,703 | 10,28  | 62,85     |
| 304     | Плов из птицы                            | 120                | 9,57                  | 8,73  | 16,47  | 200,8     |
| 376     | Компот из сухофруктов                    | 150                | 0,37                  | 0,02  | 0,51   | 54        |
|         | Хлеб пшеничный                           | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
|         | Итого:                                   | 450                | 13,53                 | 10,81 | 37,85  | 371,65    |
|         | <b>ПОЛДНИК</b>                           |                    |                       |       |        |           |
| 237     | Запеканка из творога                     | 95                 | 13,5                  | 7,7   | 10,6   | 167,2     |
| 395/396 | Кофейный напиток с молоком               | 150                | 2,34                  | 2     | 10,63  | 70        |
|         | Хлеб пшеничный                           | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
|         | Итого:                                   | 275                | 17,82                 | 10,06 | 31,82  | 291,2     |
|         | Всего:                                   | 1055               | 52,02                 | 39,85 | 122,86 | 981,05    |