

**Неделя: первая, день ПЯТНИЦА**  
**27.12.24**

| №       | Наименование блюда и кулинарных изделий  | Выход порции грамм | Пищевые вещества, (г) |       |        | ЭЦ (ккал) |
|---------|--|--------------------|-----------------------|-------|--------|-----------|
|         | <b>ЗАВТРАК</b>                           |                    | Б                     | Ж     | У      |           |
| 185     | Каша пшенная молочная                    | 200                | 7,38                  | 7,89  | 29,47  | 219       |
| 397     | Какао с молоком                          | 180                | 3,36                  | 2,9   | 0,52   | 95        |
|         | Хлеб пшеничный                           | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
|         | Итого:                                   | 410                | 12,72                 | 11,15 | 40,58  | 368       |
|         | <b>2- ЗАВТРАК</b>                        |                    |                       |       |        |           |
| 368     | Фрукты                                   | 1шт                | 10                    | 10    | 20     | 11        |
|         | <b>ОБЕД</b>                              |                    |                       |       |        |           |
| 82      | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200                | 2,675                 | 2,838 | 17,14  | 104,75    |
| 304     | Плов из птицы                            | 160                | 16,59                 | 5,81  | 26,76  | 226       |
| 376     | Компот из сухофруктов                    | 180                | 0,44                  | 0,02  | 16,44  | 64,8      |
|         | Хлеб пшеничный                           | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
|         | Хлеб шпаковский                          | 25                 | 1,32                  | 0,24  | 7,06   | 36        |
|         | Итого:                                   | 595                | 23,005                | 9,268 | 77,99  | 485,55    |
|         | <b>ПОЛДНИК</b>                           |                    |                       |       |        |           |
| 237     | Запеканка из творога                     | 120                | 16,9                  | 9,6   | 13,2   | 209       |
| 395/396 | Кофейный напиток                         | 180                | 2,85                  | 2,41  | 14,36  | 91        |
|         | Хлеб пшеничный                           | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
|         | Итого:                                   | 330                | 21,73                 | 12,37 | 38,15  | 354       |
|         | Всего:                                   | 1335               | 67,455                | 42,79 | 176,72 | 1218,6    |