

Неделя: первая, день СРЕДА
11.12.24

| № | Наименование блюда и кулинарных изделий | Выход порции грамм | Пищевые вещества, (г) | | | ЭЦ (ккал) |
|-----|---|--------------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | ЗАВТРАК | | | | | |
| | 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 |
| | 2- ЗАВТРАК | | | | | |
| 368 | Фрукты | 1шт | 10 | 10 | 20 | 11 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 81 | Суп картофельный с фасолью №120 | 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 |
| | ПОЛДНИК | | | | | |
| 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 |
| | Всего | 1115 | 40,8 | 36,27 | 131,14 | 873,7 |