

# Неделя: вторая, день ВТОРНИК

04.02.2025

| №   | Наименование блюда и кулинарных изделий | Выход порции грамм | Пищевые вещества, (г) |       |        | ЭЦ (ккал) |
|-----|---|--------------------|-----------------------|-------|--------|-----------|
|     |   |                    | Б                     | Ж     | У      |           |
|     | <b>ЗАВТРАК</b>                          |                    |                       |       |        |           |
| 94  | Суп молочный с гречневой крупой         | 180                | 4,35                  | 4,15  | 13,95  | 110,1     |
| 397 | Какао с молоком                         | 150                | 3,15                  | 2,72  | 0,49   | 89        |
|     | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
| 7   | Сыр Российский твердый порциями         | 10                 | 2,32                  | 2,95  | 0      | 36        |
|     | Итого:                                  | 370                | 11,8                  | 10,18 | 25,03  | 289,1     |
|     | <b>2- ЗАВТРАК</b>                       |                    |                       |       |        |           |
| 399 | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 150                | 0,75                  | 0     | 0,3    | 64        |
|     | <b>ОБЕД</b>                             |                    |                       |       |        |           |
| 99  | Суп из овощей                           | 150                | 2,55                  | 3,98  | 8,3    | 81        |
| 275 | Котлеты рубленые                        | 60                 | 9,32                  | 7,07  | 8,53   | 139       |
| 168 | Каша пшеничная вязкая                   | 105                | 3,18                  | 2,91  | 32,17  | 170,7     |
| 54  | Икра свекольная                         | 40                 | 0,88                  | 1,84  | 4,35   | 37,48     |
| 376 | Компот из сухофруктов                   | 150                | 0,37                  | 0,02  | 13,7   | 54        |
|     | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 1,98                  | 0,36  | 10,59  | 54        |
|     | Итого:                                  | 535                | 18,28                 | 16,18 | 77,64  | 536,18    |
|     | <b>ПОЛДНИК</b>                          |                    |                       |       |        |           |
| 230 | Вареники ленивые (отварные)             | 115                | 16,7                  | 8,2   | 7,6    | 206,4     |
| 400 | Молоко кипяченое                        | 150                | 4,57                  | 4,54  | 0      | 85        |
|     | Итого:                                  | 265                | 4,57                  | 12,74 | 7,6    | 85        |
|     | Всего:                                  | 1320               | 34,65                 | 39,1  | 110,27 | 1096,25   |