

Неделя: вторая, день ПЯТНИЦА  
11.10.24

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
			Б	Ж	У	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
185	Каша молочная с пшеничной крупой	200	7,38	7,89	29,47	219
395/396	Кофейный напиток с молоком	180	7,44	3,6	0,06	85
4/13	Хлеб пшеничный с маслом сливочным, мдж 72,5%	30/10	3,12	7,57	19,57	161,3
	Итого:	420	17,94	19,06	49,1	465,3
	<b>2- ЗАВТРАК</b>					
368	Фрукты	1шт	10	10	20	11
	<b>ОБЕД</b>					
76	Рассольник ленинградский	200	1,43	2,62	9,35	68
302	Птица тушеная с овощами в соусе	200	14,82	16,36	14,4	265,5
376	Компот из сушеных фруктов	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:	635	19,99	29,6	77,84	499,3
	<b>ПОЛДНИК</b>					
235	Пудинг из творога	100	15,14	10,76	7,76	255
392	Чай с молоком	180	2,67	2,34	0	89
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	310	19,79	13,46	18,35	398
	Всего:	1365	67,72	72,12	165,29	1373,6