

**Неделя: вторая, день ПОНЕДЕЛЬНИК**  
**07.10.24**

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
213	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	63
168	Каша ячневая вязкая	105	2,45	2,24	24,75	131
	Икра кабачковая детская	40	4,8	1,92	2,55	25
392	Чай с сахаром	150	0,04	0,02	0	28
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	365	14,35	9,14	38,17	301
	<b>2- ЗАВТРАК</b>					
368	Фрукты	1шт	10	10	20	11
	<b>ОБЕД</b>					
81	Суп картофельный с горохом	150	3,19	3	11,89	88,5
247	Котлеты рыбные Любительские	70	9,36	3,29	6,99	94,5
321	Картофельное пюре	120	2,67	3,66	17,89	117
376	Компот из сухофруктов	150	0,37	0,02	13,7	54
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	520	17,57	10,33	61,06	408
	<b>ПОЛДНИК</b>					
	Печенье/пряники промышленного производства	30				
395	Кофейный напиток с молоком	150	4,58	4,08	7,58	7,93
	Итого:	180	4,58	4,08	7,58	7,93
	Всего:	1035	36,5	23,55	106,81	716,93