

Неделя: вторая, день ПЯТНИЦА
20.12.24

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
185	Каша молочная с пшеничной крупой	150	4,43	4,72	17,68	131,4
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
1	Бутерброд с маслом сливочным, мдж 72,5%	40	2,45	7,55	14,62	136
	Итого:	340	9,22	14,27	42,93	337,4
	2- ЗАВТРАК					
368	Фрукты	1шт	10	10	20	11
	ОБЕД					
76	Рассольник Ленинградский	150	1,08	1,96	7,01	51
302	Птица тушенная с овощами в соусе	160	7,7	4,9	14,66	134,2
376	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	0,51	84,75
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	490	11,09	7,24	32,77	323,95
	ПОЛДНИК					
235	Пудинг из творога	80	13,62	9,684	6,984	229,5
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	0	77
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	260	18,25	12,37	17,574	360,5
	Всего:	1190	48,56	43,879	113,27	1032,85