

Неделя: вторая, день ВТОРНИК
21.01.25

| № | Наименование блюда и кулинарных изделий | Выход порции грамм | Пищевые вещества, (г) | | | ЭЦ (ккал) |
|-----|---|--------------------|-----------------------|--------|--------|-----------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | ЗАВТРАК | | | | | |
| 94 | Суп молчный с гречневой крупой | 200 | 4,35 | 4,15 | 13,95 | 110,1 |
| 397 | Какао с молоком | 180 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 67 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,59 | 54 |
| 7 | Сыр Российский твердый порциями | 15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 54 |
| | Итого: | 425 | 14,16 | 12,69 | 30,84 | 285,1 |
| | 2- ЗАВТРАК | | | | | |
| 399 | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке | 200 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 99 | Суп из овощей | 200 | 3,18 | 4,98 | 10,37 | 101,2 |
| 275 | Котлеты рубленые | 85 | 5,5 | 11,95 | 0,2 | 130 |
| 168 | Каша пшеничная вязкая | 135 | 3,18 | 2,91 | 32,17 | 170,7 |
| 54 | Икра свекольная | 60 | 1,35 | 2,76 | 6,53 | 56,22 |
| 376 | Компот из сухофруктов | 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: | 715 | 16,95 | 23,22 | 83,36 | 612,92 |
| | ПОЛДНИК | | | | | |
| 230 | Вареники ленивые (отварные) | 115 | 20,089 | 9,864 | 9,205 | 247,68 |
| 400 | Молоко кипяченое | 180 | 4,57 | 4,54 | 0 | 85 |
| | Итого: | 295 | 4,57 | 14,404 | 9,205 | 85 |
| | Всего: | 1635 | 36,58 | 50,314 | 141,59 | 1059,02 |