

Неделя: вторая, день ПОНЕДЕЛЬНИК
21.10.24

№	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход порции грамм	Пищевые вещества, (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
213	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	63
168	Каша ячневая	135	3,18	2,91	32,17	170,7
	Икра кабачковая детская	50	8	3,2	4,25	41
392	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	0	40
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	435	18,3	11,09	47,29	368,7
	2- ЗАВТРАК					
368	Фрукты	1 шт	10	10	20	11
	ОБЕД					
81	Суп картофеольный с горохом	200	4,3	4	15,85	118
247	Котлеты рыбные Любительские	80	9,357	3,29	6,988	94,5
321	Пюре картофельное	150	3,08	4,22	20,64	135
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:	665	20,477	12,13	77,568	502,3
	ПОЛДНИК					
	Печенье/пряники промышленного производства	45	20,089	9,864	9,205	247,68
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	90
	Итого:	225	22,939	12,27	23,565	337,68