

Неделя: вторая, день ВТОРНИК
22.10.24

№	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