

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 молочный с гречневой крупой	180	4,35	4,15	13,95	110,1
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	0,49	89
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
7	Сыр Российский твердый порциями	10	2,32	2,95	0	36
	Итого:	370	11,8	10,18	25,03	289,1
	2- ЗАВТРАК					
399	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	150	0,75	0	0,3	64
	ОБЕД					
99	Суп из овощей	150	2,55	3,98	8,3	81
275	Котлеты рубленые	60	9,32	7,07	8,53	139
168	Каша пшеничная вязкая	105	3,18	2,91	32,17	170,7
54	Икра свекольная	40	0,88	1,84	4,35	37,48
376	Компот из сухофруктов	150	0,37	0,02	13,7	54
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,59	54
	Итого:	535	18,28	16,18	77,64	536,18
	ПОЛДНИК					
230	Вареники ленивые (отварные)	115	16,7	8,2	7,6	206,4
400	Молоко кипяченое	150	4,57	4,54	0	85
	Итого:	265	4,57	12,74	7,6	85
	Всего:	1320	34,65	39,1	110,27	1096,25