



Неделя:2 ДЕНЬ:4 (четверг) 09.10.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая пшениная	210	4,59	4,90	31,26	187,00	199
Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,00	3
Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	460	11,33	13,37	60,64	407,0	
II завтрак						
Сок фруктовый	180	0,90	-	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	0,00	18,18	76,00	
Обед						
Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,86	3,66	4,01	52,44	57
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	73
Птица, тушенная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	36	2,84	0,36	17,39	84,96	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	736	20,55	10,0	91,0	535,10	
Полдник уплотненный						
Запеканка из творога	109	19,12	13,13	18,69	269,23	251
Соус яблочный	30	0.03	0.03	5.1	20.79	380
Яблоки печеные с повидлом	80/20	0,34	0,32	26,97	112,00	403
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	27	1,78	0,32	9,02	46,98	
Итого за полдник	446	24,12	16,21	74,14	540,0	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1822	56,9	39,58	243,96	1558,10	