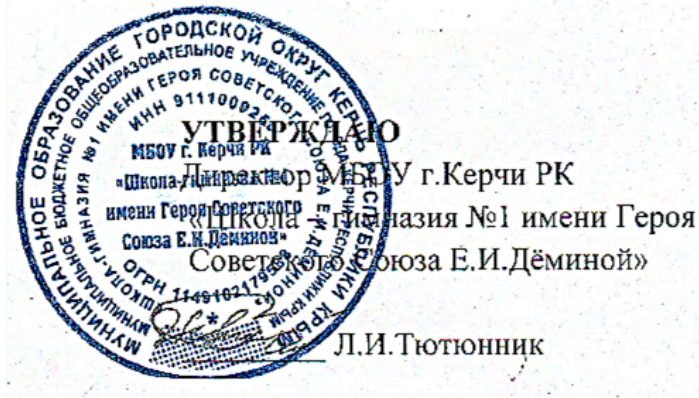




27.01.2026

Неделя: 1 ДЕНЬ: 2 (вторник)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,20	100
Бутерброд с сыром	40	4,45	5,63	12,93	120,00	1
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	437	10,32	10,86	41,97	306,20	
II ЗАВТРАК						
Плоды свежие (яблоко)	180	0,72	0,72	17,64	79,20	386
Итого за II завтрак	180	0,72	0,72	17,64	79,20	
ОБЕД						
Салат из соленых огурцов	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Борщ с капустой с картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
Плов из птицы	80	8,48	2,94	13,60	114,67	321
Кисель из повидла	30	0,01	0,00	3,34	13,41	401
Хлеб пшеничный	150	11,85	1,50	72,45	354,00	
Хлеб ржаной	180	11,88	2,16	60,12	313,20	
Итого за обед	700	34,18	13,59	161,25	913,16	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Рыба, запеченная в омлете	100	16,34	5,46	3,21	127,50	263
Пюре картофельное	30	0,61	0,96	4,09	27,45	339
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за полдник	340	21,78	9,19	31,68	298,15	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1657	67,01	34,37	252,54	1596,71	