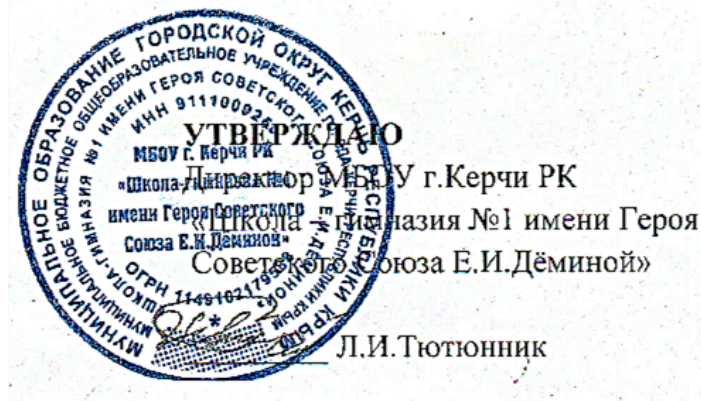




04.02.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 3 (среда)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша молочная жидкая рисовая	210	2,17	3,89	27,45	154,00	199
Бутерброд с повидлом	55	2,49	3,93	27,56	156,00	1
Чай с сахаром	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	411
Итого за завтрак	462	4,78	7,84	65,21	351,00	
II ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,00	418
Итого за II завтрак	180	0,90	0,00	18,18	76,00	
ОБЕД						
Икра морковная	60	1,32	2,76	6,53	56,22	55
Суп картофельный с пшеном	200	1,74	2,27	11,43	73,20	86
Биточки рубленые из птицы паровые	60	10,79	2,38	5,42	86,25	323
Соус сметанный	20	0,28	1,00	1,17	14,82	372
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	59	4,66	0,59	28,50	139,24	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	759	23,97	14,30	105,00	647,02	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Омлет с зеленым горошком	85	6,52	8,07	8,41	132,00	233
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	
Итого за полдник	457	9,60	11,93	40,45	307,56	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1858	39,25	34,07	228,84	1381,58	